Bruno Edouard BONATO

PSYcore

La psychothérapie par le corps

PUBLIBOOK

Bruno Edouard BONATO

PSYcore

La psychothérapie par le Corps

Publibook

Dialoguez avec l'auteur, et retrouvez cet ouvrage accompagné de la critique de notre club de lecture, des commentaires des lecteurs, sur le site PubliBook.com :

http://www.publibook.com

PubliBook.com, Paris, 2001

Ce texte publié par PubliBook.com est protégé par les lois et traités internationaux relatifs aux droits d'auteur. Son impression sur papier est strictement réservée à l'acquéreur et limitée à son usage personnel. Toute autre reproduction ou copie, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon et serait passible des sanctions prévues par les textes susvisés et notamment le code français de la propriété intellectuelle et les conventions internationales en vigueur sur la protection des droits d'auteur.

PubliBook.com, Republic Alley
18 rue du Faubourg du Temple
75011 Paris France
Tel: 33 (0)1 47 00 05 07

Préface

A l'aube du troisième millénaire, nous pourrions penser que l'être humain a une place prépondérante dans le système de valeurs qui nous régit. Pourtant les épurations ethniques dans le monde, les massacres d'innocents pour justifier la foi en un dieu ou affermir un pouvoir, démontrent que les peurs, les haines, les souffrances que l'humanité porte en elle depuis la nuit des temps sont toujours présentes. Mais on élabore des lois, on préconise les droits de l'homme, on s'apitoie sur le sort des plus défavorisés, on achète le journal du sans logis fixe. On se veut une société solidaire. On est heureux de travailler car beaucoup n'ont pas cette chance. Bref, nous sommes tout à fait intégrés dans un système pernicieux que nous avons choisi. En réalité notre civilisation fait de l'homme un moyen économique pour faire perdurer le système. Tout nous incite, voire nous conditionne, à n'être qu'un consommateur et par voie de conséquence à tout mettre en œuvre pour devenir producteur. Je dis que le système est pernicieux car personne ne se pose la question du « qui suis-je ? ». L'individu s'installe dans cette dimension, s'y complaît et ne veut pas en sortir pensant que c'est cela la vie. Pourtant chaque année, on enregistre plus de 20.000 tentatives de suicide chez les moins de vingt cinq ans, les drogues se vendent de plus en plus, les jeunes des banlieues explosent dans la violence, les idéologies progressistes disparaissent pour laisser place à la compétition économique à outrance et aux idéologies extrémistes. Les plus forts écrasent les plus faibles. Les sectes fleurissent pour répondre aux besoins identitaires

des individus, mais elles ne visent qu'à asseoir un pouvoir spirituel et temporel au détriment des énergies vitales qu'on leur abandonne.

Aujourd'hui le plaisir et l'amour ont tendance à être détrônés par les contraintes et les souffrances que l'homme semble privilégier, à son insu, dans sa vie de tous les jours. Pourquoi l'homme est-il dans une telle situation, alors que chacun sait en son for intérieur que l'aptitude au bonheur et à l'amour existe quelque part en lui ? Pourquoi le laid et le médiocre seraient-ils plus louables que le beau ? On pourrait penser que tuer une idée ou un ensemble de concepts, ne sert à rien. Pourtant, aujourd'hui, la souffrance des individus semble atteindre un tel degré que l'on ne peut les laisser chevaucher vers cet horizon morne de raidissements, de dessèchements. Un grand potentiel énergétique se voit ainsi gaspillé, détourné de sa fonction première. L'épanouissement de l'homme vers une plus grande liberté intérieure et le bonheur qui en résulte méritent en effet que l'on s'attarde à essayer de comprendre les mécanismes qui ligotent l'âme et qui l'empêchent d'accéder au plaisir sain et à s'ouvrir au sentiment d'amour et de paix que réclame à cor et à cri notre être profond.

Ce livre, « La Psychothérapie par le Corps », s'adresse à tous ceux qui m'ont côtoyé en tant que thérapeute et dont j'ai pu mesurer et ressentir l'ampleur de la souffrance.

Je suis conscient que cette souffrance névrotique est le lot de l'humanité car elle est due aux systèmes d'influences qui génèrent la construction de l'homme. Mon désir est de proposer une démarche susceptible de les aider à sortir de cette ornière et de leur permettre d'accéder au plaisir d'être. Ce livre concerne donc tous

ceux qui aspirent à se donner les moyens de se rencontrer eux- mêmes.

L'énergie nécessaire à vouloir se re-con-naître, c'est-à-dire psychologiquement à naître à nouveau, s'accepter, s'aimer afin de pouvoir aimer les autres, est disponible au fond de chaque être humain, mais prisonnière d'un système de constructions qu'il convient de pouvoir aborder afin de libérer l'Être essentiel : celui capable de se réaliser dans la plénitude de ses aspirations profondes, délivré d'une partie de ses peurs. Il devient alors conscient de l'importance de la vie, dont la force créatrice s'oriente et se dirige vers une transformation que nul n'arrête plus.

Quand en 1975, formateur au Centre National de la Sécurité Sociale à Paris, j'ai eu la possibilité d'observer le mal être des stagiaires, j'ai pris conscience de leurs difficultés de communication, de leurs peurs du jugement et du regard des autres. Leurs corps reflétaient ces souffrances. Les uns rigides avaient un comportement agressif, d'autres aux yeux quémandeurs souhaitaient la reconnaissance du formateur, les soumis au dos voûté, les séducteurs au masque souriant, les narcissiques épris d'eux-mêmes. Tout dans leur corps, dans leurs attitudes traduisait les plaintes inconscientes de leur véritable nature, contrainte et liée par les sentiments et les émotions engrangés lors de la construction de leur propre histoire.

A cette époque, mon travail consistait à remettre en question leurs comportements, à leur donner des recettes pour mieux communiquer afin d'améliorer leurs relations humaines. J'ai vite pris conscience de la fatuité de mon travail lorsque au cours de différents stages je revoyais ces mêmes personnes. L'évaluation dans leur quotidien de l'expérience qu'elles avaient vécue lors des cessions précédentes restait désespérément stable. D'une manière générale le feed-back s'avérait être : « Nous gardons un

bon souvenir de cette cession, mais nous n'avons pu mettre en application l'enseignement reçu car très vite nous subissons de nouveau la pression du groupe avec lequel nous travaillons ».

Je restais pleinement insatisfait de mon travail. J'avais l'impression de ne servir qu'à frustrer mes stagiaires. Les recettes de communication que je m'efforçais de transmettre avec toute ma bonne foi me semblaient devenir dérisoires, les « il faut... » « Il n'y a qu'à... » n'atteignaient pas la dimension sous-jacente susceptible de les transformer en profondeur de changer leurs personnalités pour améliorer leurs conditions de vie et de travail. Cette prise de conscience m'amena à m'interroger sur moi-même. A cette époque j'étais encore en analyse mais je sentais confusément qu'il me manquait une lecture de ma propre histoire.

La rencontre avec Frédérico Navarro fut pour moi une révélation. J'assistai à ses conférences et je découvris l'importance considérable du travail corporel dans la thérapie. Motivé par cette découverte j'ai fait le lien entres ces nouvelles données et mon observation des corps des stagiaires d'une part et de ma propre problématique d'autre part. J'étais dans l'enthousiasme et même dans l'exaltation de ce que j'apprenais. J'entamai une végétothérapie avec Frédérico Navarro. Saisi d'une avidité de connaissances je lus tous les ouvrages de W. Reich.

Wilhelm Reich est psychiatre et psychanalyste, mais aussi philosophe, écrivain, militant et penseur politique, et, plus que tout peut-être, savant, capable de pousser ses recherches avec pertinence dans de multiples directions : biologie, physique, mathématiques. Reich est un des hommes le plus passionnément controversé de notre

temps. Ses travaux et ses thèses offrent pourtant une ligne de développement d'une rare cohérence.

Attaché d'emblée au primat de la sexualité donné au principe même de la doctrine freudienne, Reich refuse toujours de s'en laisser distraire par des détours ou évasions de l'interprétation métaphorique ou de la spéculation métaphysique. L'énergie sexuelle, ou libido, posée comme une expression fondamentale de l'organisme, du vivant, est une réalité physique, étroitement liée à l'activité du système neurovégétatif ; elle constitue, par ailleurs une manifestation spécifique de ce que Reich appelle *l'orgone.*

Mais c'est surtout dans les premiers travaux de Reich que je puisais avidement la connaissance. Ses ouvrages « L'analyse caractérielle » (1) et « La fonction de l'orgasme » (2) furent pour moi une révélation sur le moteur de la construction des névroses et par voie de conséquence des cuirasses caractérielles.

« Amour, travail, connaissance », cette épigraphe chère à Reich est devenue mienne. J'ai compris pourquoi tout le travail sur les relations humaines que j'avais mené jusqu'à présent n'avait été qu'un emplâtre sur une jambe de bois. J'adhérais pleinement à l'analyse de W. Reich concernant la peste émotionnelle qui gangrène la société. Pour la première fois je comprenais que la névrose individuelle est le résultat d'influences négatives que les familles transmettent de génération en génération et que la révolution se fait dans une thérapie individuelle et non pas dans la révolution sociale.

J'avais dix-sept ans lorsque j'ai renié ma foi en Dieu, je me suis tourné vers le marxisme dans un espoir de changer la société pour un monde meilleur. Militant et syndicaliste,

je menais tous ces combats parce que je croyais à l'avènement d'une société meilleure. Mais subsistait en moi un vide que le militantisme n'arrivait pas à combler. Je n'avais pas compris que cette société était faite d'hommes. Mon idéal ne prenait pas en compte la réalité des névroses humaines. Mais ce fut pour moi un moyen de transcender mes propres frustrations sexuelles et mes peurs. Dans cet activisme, je m'oubliais.

J'abandonnais donc toutes ces illusions pour entrer dans un combat moins spectaculaire mais combien plus enrichissant : aider l'homme à se reconnaître, à s'accepter, à s'aimer, car l'épanouissement ne vient pas de la conquête et de la domination des autres, mais de l'acceptation de sa propre réalité intérieure et extérieure.

En 1980, je quittai Paris pour travailler à Marseille. Mon métier de formateur ne me satisfaisant pas pleinement, j'organisai une série de débats sur W. Reich. Ceux-ci m'ont permis d'entrer en contact avec les souffrances exprimées par des participants dont certains ont accepté de travailler en Bioénergie. J'ai ouvert un cabinet et créé des groupes de travail, je suis aussi intervenu auprès de patients, en séances individuelles. Mon expérience des relations humaines me fut profitable, j'appliquais ce que j'avais intégré depuis longtemps, l'approche de l'écoute, de l'effet miroir, de l'empathie prônée par Carl Roggers. J'avais dans mes bagages sept années de psychanalyse Freudienne, deux années de végétothérapie et l'expérience de six années de formateur en relations humaines. A cette époque j'intégrais aussi quelques pratiques d'A. Lowen.

C'est en 1982 que je rencontrai John Pierrakos lors d'un stage à Trimurti. J'ai eu tout de suite un très bon feeling avec lui malgré ma difficulté à suivre son discours

en anglais. Je le sentais profondément humain et néanmoins lucide sur la grande messe thérapeutique qu'il officiait. Il savait écouter et comprendre la souffrance de chacun, démasquer le vrai du faux, approprier un travail pour chaque cas et donner de lui-même sans compter. Son origine grecque me le rendait encore plus cher, ses références aux auteurs antiques me permettaient de me sentir en communion d'esprit avec lui.

La théorie de John sur le **noyau énergétique** suscita chez moi un écho, je retrouvais l'idée et les travaux de W. Reich sur l'orgone. Cette théorie me donna envie d'entamer mes propres recherches sur le noyau énergétique qui est pour moi le sens de la vie. J'allais travailler plusieurs années avec John Pierrakos et je tiens à le remercier ici pour tout ce qu'il m'a permis d'expurger, pour tout ce qu'il m'a appris et lui dire que je l'aime. Avec lui je suis entré en thérapie du fond de mon cœur.

Imprégné de ces différentes sources, de Freud à Reich, de Navarro à Pierrakos en passant par Lowen, je me suis senti suffisamment harmonieux pour agir. Mon but était d'élaborer une pratique thérapeutique en mettant en synergie ces différentes sources. Je ne voulais pas appartenir à une école précise, peut-être en souvenir de ma vie militante qui m'avait laissé un goût amer. J'ai toujours appartenu au grand courant de la Bioénergie mais j'ai toujours voulu être libre d'adapter ma pratique en fonction du besoin du moment, considérant les techniques comme des moyens et non comme une fin en soi.

C'est à partir de la transversalité des techniques et de ce qu'elles

sous-tendent que j'ai pu enrichir ma connaissance et ma pratique.

J'ai créé la PSYcore thérapie pour donner un sens et un nom à ma pratique. C'est une thérapie de la vie. La vie dans sa globalité psychosomatique : physique, sociale, culturelle, émotionnelle, sexuelle, spirituelle.

Mon unique but est d'obtenir des résultats probants envers la personne qui vient me confier sa souffrance : travailler sur ses névroses, lui insuffler l'espérance à partir de son propre noyau énergétique, l'aider à trouver le sens de sa vie.

Chapitre 1

LE PHENOMENE BIOSOCIAL

Nous vivons dans une civilisation qui génère les maladies psychosomatiques à l'origine de certaines pathologies. La France en est l'exemple, elle a le triste privilège d'être la nation la plus médicalisée des pays industrialisés. Face à ce mal être, que faire ? Je pense intimement qu'il faut rompre avec ces influences qui nous conditionnent et nous entraînent dans la souffrance, en cherchant à cicatriser les blessures psychiques et en faisant resurgir nos potentialités bioénergétiques.

En termes de dynamique humaine, les crises personnelles, les crises de couples et les crises mondiales sont identiques. Elles naissent de la conjonction négative de la peur et de l'entêtement volontaire. Nous craignons les autres et projetons nos sentiments négatifs sur ceux auxquels nous sommes directement confrontés, qu'il s'agisse de conjoints, de patrons, de partis politiques, d'idéologies ou de nations. Nous refusons de reconnaître les aspirations légitimes des autres de crainte qu'ils ne nous privent de notre propre épanouissement et nous piégeons nos énergies positives dans l'exaltation négative de nos défenses caractérologiques.

La paix en nous, dans nos rapports avec autrui, dans notre société, dans le monde, ne viendra pas de règlements, de lois, de traités, d'armements défensifs, mais d'une volonté de trouver cette paix radieuse avec nous-même. La tâche principale qui nous attend, facilitée par le noyau de l'être humain, est de nous ouvrir aux réalités et aux possibilités infinies qui s'offrent à nous. En comprenant et en acceptant d'abord, puis en transformant les aspects négatifs de nos personnalités, nous créons la merveilleuse possibilité d'un monde où la compréhension mutuelle et la coopération constituent un but réalisable. L'influence cultuelle imprègne notre culture et donc chacun de nous. Le drame vient que les différents cultes prônent les frustrations et la souffrance comme moyen d'atteindre le paradis pour les uns et le nirvana pour les autres.

Notre noyau énergétique, sur lequel je reviendrai amplement dans le chapitre suivant, émet un rayonnement. Nous pouvons observer autour de tout ce qui est vie, une auréole de lumière changeante dans sa couleur et dans sa forme. Cette lumière que nous appelons Aura a été observée depuis des siècles et figure souvent dans les allégories religieuses et mystiques. Michel Ange, Léonard de Vinci, entre autres, ont laissé des chefs-d'œuvre dans lesquels l'Aura couronne la tête des saints.

L'idée de sainteté correspondrait à l'harmonie de l'être à l'état pur, c'est-à-dire dépourvu du sens du mal et capable d'amour inconditionnel. Pourtant nous pouvons remarquer que la plupart des religions ont le goût du martyr, qu'elles soient chrétiennes avec cette recherche de la souffrance rédemptrice, musulmanes avec les intégristes prêts à devenir les martyrs d'Allah, bouddhique avec la fatalité du karma ; toutes nous présentent la sainteté comme le résultat de souffrances endurées, souvent suivies

de mort violente. Faut-il toujours être dans une souffrance rédemptrice pour avoir une Aura lumineuse ?

Il y a là une contradiction fondamentale. Il nous faut comprendre ce qu'est le noyau énergétique de l'être humain pour pouvoir accepter cette contradiction et la gérer. En effet la souffrance rédemptrice qui provoque la contraction du corps, ne fera qu'alimenter la strate négative du noyau énergétique et étouffera le rayonnement de l'Aura. Pourquoi nous inculque-t-on qu'il faut souffrir pour être harmonieux, quand nous savons que la souffrance met en place une contraction psychocorporelle bloquante ?

Notre civilisation judéo-chrétienne est fondée sur la notion du péché. D'après les religions se réclamant du christianisme, même l'enfant qui vient de naître est entaché du péché originel. On alimente ainsi dès la première heure l'idée de faute (coupable d'être né). On refoule chez l'être humain naissant l'énergie émanant du noyau. L'influence des religions depuis des siècles a participé pour une grande part à la construction de nos cultures. Aujourd'hui notre culture est porteuse, même pour les non-croyants, de l'idée de culpabilité existentielle et de faute par rapport au plaisir.

La religion chrétienne représente le Christ agonisant, blessé dans ses chairs, dans une souffrance psycho-corporelle extrême lorsqu'il se sent abandonné par Dieu le père. Il s'est sacrifié pour sauver l'humanité. Depuis des siècles les croyants sont en adoration devant le crucifix et se sentent coupables d'exister. Ils se prosternent devant le sacrifice sanguinolant du Christ, ils projettent le meilleur d'eux-mêmes dans cette adoration avec l'espérance d'atteindre Dieu. Ils lient frustration-souffrance à communion avec Dieu.

Or s'il y a Dieu, et s'il a créé l'homme à son image, il a donné à celui-ci la potentialité des sens et de la jouissance des zones érogènes coporelles et du plaisir en général. Alors pourquoi privilégier les frustrations et la souffrance ?

Dans nos sociétés modernes, la plupart des adultes se trouvent enfermés dans une prison de croyances rigides qui les persuadent que leurs émotions sont dangereuses et qu'il faut les réprimer à tout prix. On nous a enseigné dès l'enfance, qu'une émotion comme la colère ne peut s'extérioriser que dans la violence verbale ou physique, que la peur ne peut disparaître si les circonstances extérieures ne changent pas.

L'idée dominante est que l'Être humain est inéluctablement marqué par le sceau du péché originel qui nous condamne à vivre dans des drames, des maladies et des catastrophes de tous genres.

Partout règnent la répression émotionnelle et la conviction que toute manifestation de colère, de tristesse ou de frustration intense est dangereuse pour la vie sociale. Il faut, pour réussir sa vie être quelqu'un d'important socialement.

La compréhension émotionnelle nous démontre qu'« Etre quelqu'un » ce n'est rien d'autre qu'« Etre soi-même. ». Toutes ces souffrances sont la négation de la vie. C'est le culte de la strate négative de notre noyau énergétique et de son expression, la pulsion de mort. Cela devient une névrose masochiste collective qui nous entraîne vers la NON-VIE. Notre quotidien nous donne chaque jour notre lot de frustrations, voire de souffrances inhérentes à la vie elle-même.

Les religions justifient la souffrance sur terre, car elles conduisent à l'état de sainteté et au privilège du paradis. Le « dogme » valorise la souffrance et en fait un état inconsciemment enviable car rédempteur. Nous avons appris au cours des siècles à ne plus voir le monde qu'à travers le filtre des perceptions du conformisme érigé en dogme. Depuis des siècles, les religions ont laissé des traces dans la culture, et leurs effets persistent même en dehors de tout esprit religieux.

L'exaltation de la souffrance s'accompagne de la condamnation du plaisir. La relégation de la femme dans la religion musulmane, l'interdiction de la contraception et du préservatif par le pape prêchant l'abstinence sexuelle, sa condamnation de l'homosexualité en sont des illustrations. De même en Afrique, l'excision encore pratiquée sur les fillettes pour les empêcher de jouir de leur clitoris, l'infibulation de la femme pour le plaisir du mâle ; toutes ces pratiques démontrent la peur et la réprobation du plaisir.

Partout dans le monde, que ce soit en Asie, en Afrique, en Amérique et même en Europe, la femme est dévalorisée, humiliée, vendue. En règle générale cette haine est liée au fait que la femme est l'objet des délices sexuelles. Il faut qu'elle soit châtiée car elle est porteuse de plaisir, elle provoque le désir du mâle, donc elle devient dangereuse.

Pourquoi le plaisir est-il synonyme de danger ? Le plaisir en général qu'il soit sexuel, affectif, créatif, relationnel, ne fait qu'amener une dilatation de l'être tout entier favorisant ainsi l'expansion de son noyau énergétique ainsi que la pulsation harmonieuse de celui-ci. Le plaisir risque d'entraîner l'être humain vers un état de bonheur et le danger réside là, pour ceux qui ont

l'impression d'être dépossédés du pouvoir et dont l'attrait est irrésistible.

Avec l'accès au plaisir, les choix de vie de l'homme se tournent alors vers l'expression de son bonheur et le rayonnement vers les autres. Il est libre. Un peuple heureux est un peuple libre, par voie de conséquence il ne peut être soumis. Son énergie ne peut être aliénée à un pouvoir temporel ou spirituel quel qu'il soit, car la liberté devient une dimension intérieure et échappe à tout contrôle extérieur. Le danger est bien réel en effet, pour ceux qui détiennent le pouvoir dont l'objectif est la manipulation des masses à des fins de production et d'exploitation.

Le matérialisme mécaniste est devenu la principale religion du vingtième siècle. Il maintient les populations sous le joug de l'ignorance, de la peur, de la compétition et de la consommation effrénée de biens matériels, d'aliments industriels, de médicaments chimiques et d'informations superficielles. Ce mode de vie provoque une attitude de fuite permanente devant les questions fondamentales de la vie et provoque une dégradation du milieu naturel. Cette conduite risque d'entraîner un appauvrissement de la qualité de la vie collective si nous ne prenons pas rapidement et consciemment une autre direction.

Il faut savoir qu'au fond de toute expérience de bonheur, il y a une sensation corporelle de plaisir. Sans plaisir, le bonheur n'est qu'une illusion. Personne ne peut aimer une activité à laquelle il est contraint par une force extérieure, ou qui lui demande une dépense d'énergie supérieure à celle dont il est capable. Si le travail est accepté volontairement, l'homme éprouvera un plaisir proportionnel à l'aisance et au rythme avec lequel son

énergie s'écoule dans l'activité, sans tenir compte du bénéfice qu'il en tirera. Le plaisir est le lien, cela veut dire que le plaisir nous attache à notre corps, à la réalité. L'expression sexuelle est le fondement du plaisir et de l'énergie vitale, ce qu'on appelle la libido.

Une fonction sexuelle harmonieuse permet de diffuser dans l'organisation psycho-corporelle de l'individu cette expansion vitale indispensable à l'épanouissement et au bonheur. En privant l'être humain du bon fonctionnement de sa libido, on crée un déséquilibre qui va forcément entraîner des conséquences à d'autres niveaux énergétiques et dont les compensations sont malheureusement exploitables.

En effet, un être humain privé de l'accès à sa propre sensation de plaisir corporel, pour des raisons culturelles ou religieuses, ne peut accéder à son noyau d'auto-sécurité, d'auto-confiance, d'estime de soi. Il va développer des peurs liées à son insécurité psycho-corporelle. Il ne peut accéder à la liberté intérieure, car il manque de sécurité en lui-même, il a besoin de se soumettre à autrui ou à un système quel qu'il soit. Il va s'organiser afin de se trouver une dépendance ou recherchera le pouvoir à tout prix, au détriment d'autrui. Un être qui n'a pas de plaisir et qui vit dans la peur n'est pas heureux. Un être malheureux devient manipulable ou bien manipulateur. Il privilégie son énergie spirituelle et mentale pour fuir son malaise intérieur, se soumet à n'importe quel système d'influence. On verra plus loin que la vraie spiritualité de l'homme passe par le corps. On constate tous les jours comment les peurs sont exploitées par les médias afin d'influencer le système de pensées de l'homme, à des fins commerciales ou politiques.

En privilégiant l'énergie mentale et spirituelle au détriment de l'énergie sexuelle, le pouvoir temporel et spirituel a toujours influencé les hommes en les menaçant de punition divine ou dictatoriale. Il a pu les conditionner à l'obéissance et asseoir ainsi sa toute-puissance. L'exemple le plus marquant de cette époque moderne a été l'avènement du chef spirituel Khomeyni en Iran, il a incité les foules au nom d'Allah à se révolter contre le pouvoir du Shah, pour asseoir par la suite son propre pouvoir temporel avec pour principe de base l'exclusion de la femme et le non-plaisir. Depuis, il a fait des émules parmi les intégristes musulmans.

Pouvoir spirituel plus pouvoir temporel, on retrouve là les germes de la dictature sanguinaire. L'homme ne compte pas, il n'est que l'instrument du pouvoir. Son énergie vitale — mentale, émotionnelle, sexuelle — ne lui appartient plus, elle est entièrement fixée sur le guide.

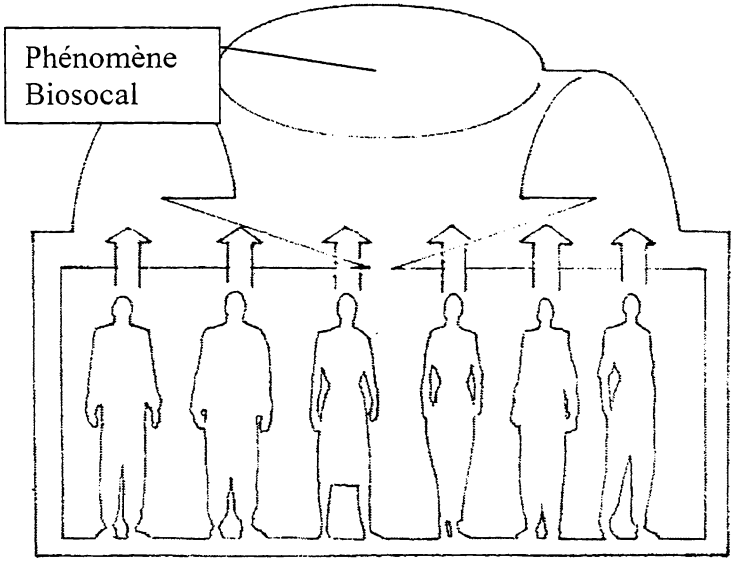
On retrouve ce phénomène dans la plupart des idéologies, qu'elles soient rouges ou noires. W. Reich dans ses ouvrages analyse comment à partir des névroses individuelles se construit ce qu'il appelle la peste émotionnelle d'une société. Hitler, Staline, sont la démonstration de la négation de l'être humain. Tous se sont servis de l'énergie vitale des hommes à des fins personnelles.

De tout temps, les tenants du pouvoir ont voulu avoir une mainmise sur la pulsion de plaisir émanant du noyau énergétique. La libido, cette pulsion de l'énergie sexuelle, est la plus réprouvée. La crainte de sa libération vient du fait que la dépense d'énergie de plaisir se fasse au détriment de l'énergie productive. Cette énergie échappe au contrôle de ceux qui possèdent le pouvoir, il en résulte

une liberté chez l'individu qui nuit gravement à la production et à l'obéissance.

En substance, la dépense d'énergie dans le plaisir se fait au détriment de la dépense d'énergie pour le travail et au détriment de l'obéissance aux pouvoirs parentaux, religieux ou culturels. C'est pour cela que la mini-révolution culturelle et la libération sexuelle de mai 68 furent plus dangereux pour la production et les intérêts du système qu'une révolution sociale. Tout a été mis en œuvre pour récupérer cette énergie anarchique prônant le plaisir dans la vie et l'imagination au pouvoir.

Nous sentons tous que la vie devrait être autre chose qu'une lutte pour la survie, qu'elle devrait être une expérience joyeuse, que l'amour pourrait pénétrer les cœurs et la conscience des hommes. Nous savons heureusement qu'aucun être humain n'est tout à fait un homme de la masse. Chacun de nous conserve une partie de son individualité que le système n'a pas détruite. Nous sommes tous capables d'éprouver du plaisir, au moins à un certain degré. Par conséquent, nous savons faire la différence entre ce qui a un sens pour nous personnellement et la propagande, car sans le sens du plaisir, nous ne pourrions avoir aucun discernement. Nous ne sommes pas habitués à concevoir le plaisir comme le fondement de l'individualité. Or dans l'idée de masse, l'homme est broyé par la pression psychologique de la foule, il ne vivra qu'au rythme de celle- ci.



La somme des individus génère une composante émotionnelle et psychologique supérieure à cette somme.

Cette masse est composée d'individualités qui expriment des émotions. La somme des individus génère une composante émotionnelle et psychologique supérieure à cette somme. Cette composante émotionnelle et psychologique, je la nomme « phénomène biosocial » Ce phénomène biosocial accentue et renforce les émotions individuelles, il peut, de ce fait, amener les foules au paroxysme. Le biosocial coiffe la composante des influences qui construisent l'être humain. Bien que, en apparence, il ne soit en rapport qu'avec l'image comportementale et non avec l'individualité authentique, son influence laisse une trace profonde dans la mémoire psycho-corporelle.

LE CORPS-SENSATIONS

Le biosocial prend sa source dans différents paramètres : socioculturels, idéologiques, géographiques, historiques, religieux, sportifs. Ainsi la coupe du monde de football a donné lieu à une manifestation de joie collective pour les Français, cette manifestation était éminemment émotionnelle. L'émotion éprouvée individuellement a donné naissance aux émotions collectives.

Cette émotion souvent hystérique est supérieure à la somme des émotions individuelles composant la foule et influence émotionnellement chaque individu.

Elle augmente ainsi son potentiel. On retrouve ce phénomène dans toute manifestation de masse et en particulier lorsqu'il s'agit de manifestation idéologique, politique ou religieuse.

J'ai le souvenir d'une manifestation à Paris, contre la guerre d'Algérie. La main dans la main nous étions des milliers à crier des slogans, à chanter à gorge déployée, à sauter en scandant des mots d'ordre. Je ressentais des émotions intenses, une exaltation démesurée, qui me remplissaient de joie. Cette fraternité émotionnelle me permettait de me dépasser. J'avais 19 ans. Aujourd'hui je comprends que j'avais trouvé dans cette exaltation la compensation de mon vide affectif et sexuel. Néanmoins j'en garde un souvenir ému.

Ce qui ne m'empêcha pas quelques mois plus tard d'être appelé pour faire la guerre en Algérie, événement en contradiction profonde avec mes convictions de vie. Ce fut pour moi l'expérience la plus douloureuse de ma vie, au point que je me mutilais volontairement le bras droit pour ne pas avoir à tuer.

Ce phénomène biosocial peut être porteur de ce que W. Reich appelle la peste émotionnelle. En effet lorsque les émotions sont porteuses de haine, d'ostracisme, de xénophobie, elles contractent les corps et suscitent un désir de meurtre. Porteuse de non vie, la peste émotionnelle conditionne des générations d'individus. L'histoire moderne est remplie d'exemples : les défilés des Nazis, les manifestations des intégristes iraniens hurlant leur haine envers ceux qui n'acceptent pas leur loi, les grandes messes staliniennes ou maoïstes etc...

Le phénomène Biosocial existe également pour les petits groupes. Les émotions émises par les individualités composant le groupe auront pour résultat la somme de ces émotions individuelles, plus **Y** qui est l'émotion influente sur toutes les individualités qui composent le groupe.

C'est à travers le phénomène Biosocial que se transmettent les névroses de génération en génération. C'est particulièrement sensible chez les dépressifs. Les émotions ont un pouvoir de contamination, qu'elles soient positives ou négatives. Une personne angoissée et triste peut attrister son entourage. Un autre exemple plus positif, c'est le rire communicatif.

Lors de séminaires thérapeutiques, ce phénomène Biosocial est très sensible, car les émotions individuelles se libèrent avec soulagement, elles entraînent une atmosphère émotionnelle plus importante que la somme

des émotions exprimées, permettant à chacun de se livrer sans retenue, pour le plus grand bénéfice de l'évolution personnelle.

Le danger se trouve dans la composante du phénomène Biosocial. Dans notre société ultra libérale où le pouvoir de l'argent écrase tout système de valeurs différent, il est à craindre pour l'être humain qu'il ne soit piétiné dans ses valeurs profondes.

Il n'en reste pas moins vrai que le Biosocial est le résultat de l'expression des individus qui le composent ; si ceux-ci sont névrosés, il n'en peut résulter qu'une énergie biosociale névrosée.

C'est pour cette raison qu'en PSYcore thérapie, nous essayons de modifier le contenu du biosocial grâce à un travail individuel, afin de rompre la chaîne des transmissions névrotiques. La révolution c'est de retrouver la voie d'accès à ce que nous sommes en réalité, à notre être profond, authentique, délivré de ses masques, libre d'accéder au bonheur qui lui est propre dans le respect des autres et de la vie.

Ce que l'homme sent réellement, c'est son corps : voilà un axiome de l'analyse bioénergétique. On ne peut percevoir le milieu extérieur que par l'intermédiaire de son action sur le corps. On perçoit la réaction du corps grâce aux stimuli qui proviennent du milieu, puis on projette cette sensation sur les stimuli. Quand je sens la chaleur de votre main qui s'appuie sur mon bras, je sens en fait la chaleur produite dans mon bras par votre main. En ce sens, toutes les sensations sont proprioceptives. Si le corps ne réagit pas au milieu, on ne sent rien.

Le sentiment de soi est fonction de la sensation. C'est la somme de toutes les sensations à un moment donné. Grâce au sentiment qu'il a de lui-même, l'être humain sait qui il est. Il est averti de tout ce qui se passe dans toutes

les parties de son corps. En d'autres termes, il est en contact avec lui-même. Il sent le flux de sensations associé à la respiration, ainsi que tous les autres mouvements spontanés et involontaires de son corps. Mais il perçoit aussi les tensions musculaires qui entravent ses mouvements car elles produisent aussi des sensations, elles sont douloureuses.

Celui qui est privé du sentiment de soi souffre de son image. Au lieu d'être en contact avec son corps, il le voit de l'extérieur, avec l'œil de la pensée. Comme il n'est pas en rapport avec son corps de l'intérieur, celui-ci lui semble étrange, encombrant, ce qui lui donne une conscience excessive de lui-même dans son extériorisation.

Le plaisir nous interpelle à l'endroit de nous-mêmes où nous sommes le plus démuni pour répondre : notre illusion d'être. Il se constate à l'intérieur de soi et les plus savantes préparations sont incapables de nous l'offrir à coup sûr. Bien souvent il arrive à l'improviste, fruit de circonstances parfaitement inattendues et non reproductibles, car le plaisir a une composante inconsciente considérable, il ne vient pas sur commande, il nous démasque dans notre prétention à être.

Le corps est le lieu secret de notre plaisir, mais volonté et plaisir sont antinomiques, car la volonté est toujours tendue vers l'ambition du succès, vers l'expansion matérielle, qui ont pour corollaire la perte de la conscience de notre corps. Notre vie est trop souvent entièrement tendue vers la fabrication d'une réussite sociale qui nous isole du seul système qui puisse vraiment vibrer dans la sensation des énergies vitales.

Tout se ramène alors à un jeu d'intrigues plus ou moins stériles où nous perdons notre lien avec la réalité, lancés

que nous sommes à la chasse d'un mirage de puissance, à la poursuite d'une image, d'un reflet dans le regard des autres. Le plus grave, c'est que le corps privé de plaisir dans cette course folle, se présente comme un membre dans lequel la circulation sanguine a été arrêtée quelque temps. Quand l'ondée sanguine revient, elle déclenche des douleurs intolérables. Le retour du plaisir dans le corps est ressenti avec tant d'anxiété que toute une partie de notre conscience s'affole devant ce retour, emploie des artifices pour interdire l'accès du corps à cette dimension secrète, cachée de la vie. C'est la peur du lâcher prise, de la perte du contrôle émotionnel. La peur du plaisir n'est pas un vain mot. Trop aigu, il fait mal, il est insupportable. C'est là l'origine des pratiques perverses masochistes. Leurs adeptes savent bien qu'il faut des techniques pour dépasser la douleur préalable, pour vaincre le corps contracté, immobilisé par les peurs. Il est bien triste d'en arriver là, dans une civilisation comme la nôtre, où la violence et la haine du corps aboutissent à la progression du masochisme.

Les situations qui apportent le plaisir doivent cesser d'être un facteur d'anxiété. Pour une partie de l'humanité, le plaisir est une humiliation, une chute entre les mains de qui nous fait jouir. C'est donc un système d'aliénation. Tant que l'être humain ressent son plaisir comme une aliénation, il ne peut pas accéder au désir du plaisir ; or chacun en vérité est responsable de son plaisir. Cette peur aliénante l'oblige à nier ce plaisir pour inexorablement s'assujettir au système de réussite sociale matérialiste à tout prix.

La richesse, l'autorité, la puissance ne créent pas une personne. L'homme qui est arrivé en haut de l'échelle sociale a dû être accepté par la foule. Or il est en réalité interchangeable. C'est un outil fonctionnel dans le système, un outil dont l'individualité à été démolie, car

elle s'est orientée vers le prestige au lieu de se tourner vers le plaisir. Le pouvoir peut être considéré comme l'antithèse du plaisir.

Comme l'adolescent qui connaît dans le secret de son être, le moment où il se regarde lui-même devenir le lieu d'un choix. Il se pose une série de questions : A quoi vais-je consacrer ma vie ? Quel sens vais-je lui donner ? Que faire avec toute cette énergie qui déferle dans ma tête, dans mon cœur, dans mon corps ? Dans quelle entreprise me lancer ? Au nom de quelles valeurs puisque « Dieu est mort » choisir telle ou telle voie ? L'héritage de ce grand mort, voilà maintenant qu'il incombe à l'homme, et l'on comprend qu'il tremble devant le poids promis à ses épaules. Mal débarrassé de sa haine œdipienne contre Dieu, il cherche, ébloui de tous côtés, un moyen pour savoir se repérer dans ce monde où il trimbale sa jeune puissance. Le plaisir comme pierre de touche est un cadeau redoutable, un conseil piégé, car la première constatation que l'homme va être obligé de faire, c'est que ce plaisir le remet en cause, lui-même, de fond en comble. Pour cet adolescent qui n'existait que par la parole apprise dès l'enfance, voilà que le plaisir en se dérobant, lui montre la vanité de ce moi qu'il croyait être la seule réalité.

Le plaisir se dérobe à l'analyse car il est très proche de l'être, mais non de l'avoir. Il nécessite la sensation et le sentiment de soi, lesquels sont intimement liés à l'axe plaisir-douleur sinon la catastrophe engloutit l'homme qui perd pied dans la fascination même de ce plaisir. On ne peut faire de la poursuite du plaisir le but de sa vie. Il risque d'y avoir antinomie entre plaisir et réalisation sociale, parce que la réalisation requiert une discipline, une exigence, et remet obligatoirement le plaisir à plus tard. Toutefois il y a la satisfaction de la réussite, mais elle est illusion si elle se fait au détriment du plaisir.

Le plaisir est un signal, un signe de piste, qui permet de s'approcher progressivement de ce qui devrait être, pour tout homme la grande affaire de sa vie : la découverte de soi. Le plaisir devient le fondement de l'individualité en construction car il est l'outil du discernement ; mais il s'oppose totalement aussi bien à l'attitude puritaine qu'à l'attitude de libéralisme absolu. Certains, comme les drogués, vont jusqu'à provoquer la grande déchirure entre les sensations et la réalité psychocorporelle.

LE SENS DU CORPS

Depuis le début du vingtième siècle, les concepts de la science ont évolué d'une manière étonnante. On a tout d'abord cru que l'espace était peuplé par des « choses » séparées les unes des autres dans l'espace et le temps. Toute une logique sociale s'est développée sur la conviction que la réalité était seulement ce que nous pouvions percevoir à travers les instruments de mesures scientifiques. L'église et la science cartésienne nous ont imposé une définition très limitée de la réalité.

Si on observe un petit enfant, on s'aperçoit qu'il vit dans un monde merveilleux, un monde de sensations, de vibrations émotionnelles. L'enfant n'a pas encore appris à faire taire ses sens intérieurs pour ne croire qu'aux perceptions téléguidées. Il se sent comme un être illimité, un souverain plein d'amour et de créativité. Il ne sépare pas encore la réalité ordinaire des réalités extraordinaires dans lesquelles il évolue sans difficulté. Il perçoit le monde avec des sens non pollués par la pression psychologique de ses parents et de ses professeurs. La réalité qu'il perçoit donne libre cours à sa projection et à son imagination. Il se construit ainsi une entité vibrante, apte à ressentir le monde environnant à travers un système sensoriel aiguisé.

Puis vient l'éducation qui lui enseignera que seul le monde matérialiste existe et le conditionnera pour qu'il soit adapté aux systèmes et aux valeurs qui en découlent. L'enfant de crainte de perdre l'amour parental ou par

obéissance, fera abstraction de sa réalité pour être conforme à ce que l'on attend de lui. Il n'existera qu'à travers les névroses de son milieu.

Si l'on met des mouches dans un grand bocal de verre avec un couvercle, elles prennent tellement l'habitude de ce monde limité qu'elles finissent par se convaincre que rien d'autre n'existe. Quand on enlève le couvercle, elles restent dans le bocal, sauf quelques rares aventurières qui osent sortir du cadre de conscience du groupe. En Inde, on attache le bébé éléphant à un piquet de couleur au moyen d'une corde. Une fois devenu adulte, l'éléphant restera attaché à ce piquet de couleur par une corde de même grosseur, alors qu'il serait capable de l'arracher facilement. C'est dans son esprit qu'il a créé sa prison.

Une expérience a été réalisée avec des chats, il y a une vingtaine d'années : des chatons ont été élevés dans un espace où il n'y avait que des lignes horizontales. Dans cet environnement, ils ont appris à ne plus voir d'éléments verticaux tant et si bien qu'ils se cognaient aux pieds de chaises ou de tables que l'on introduisait soudain dans leur monde. La même expérience à été faite avec des petits chats élevés dans un décor de lignes verticales. Après un certain temps, ils ne voyaient plus les éléments horizontaux. Ces recherches ont montré que le système nerveux se développe en fonction des expériences que nous vivons et de la façon dont nous apprenons à les interpréter.

Notre éducation nous apporte des croyances que nous faisons nôtres et que le système nerveux va constamment renforcer en limitant nos perceptions sensorielles à ce que nous avons appris à considérer comme vrai. Notre image du monde n'est donc plus du tout conforme au réel, mais à ce que nous avons choisi de croire, en fonction de la programmation que nous avons reçue.

Le matérialisme nous a fait croire que le monde était peuplé d'objets et de corps isolés les uns des autres, car il était incapable de percevoir la nature vibratoire du cosmos et son intelligence. Aujourd'hui les physiciens savent que la matière n'est qu'un immense champ d'énergie, un extraordinaire champ d'informations, puisque l'énergie est de l'information.

La médecine, bien qu'ayant obtenu des résultats probants et sauvé des millions d'individus, fait abstraction du corps émotionnel, mental et spirituel parce qu'elle n'a aucun instrument de mesure pour prouver son existence. Avec l'arrogance de sa science, elle a jeté les médecines ancestrales aux oubliettes. Dans son triomphalisme éclatant, elle a affirmé pouvoir faire régner la paix de la santé, si on lui donnait les moyens de tuer tous les virus et toutes les maladies avec les bombes de ses médicaments chimiques. Bien que la chirurgie fasse chaque jour des exploits dans les greffes d'organes, il n'en reste pas moins vrai que notre corps n'est pas une mécanique. Elle a cru que le corps était une machine. Cette médecine ne considère pas l'homme comme une entité, mais comme un ensemble d'organes à soigner. Cette vision de l'homme l'amène à asséner des diagnostics brutaux et à ne prendre en compte que les traitements chimiques dont les effets secondaires détruisent toute qualité de vie.

En oubliant la réalité du corps énergétique, elle sous-estime les extraordinaires capacités du corps physique qui, lorsqu'il est nourri par des émotions et des pensées positives, peut se régénérer d'une façon rapide et spectaculaire. Lorsque nous sommes heureux, nous avons le pouvoir de transformer les pires poisons en vitamines, mais quand nous sommes malheureux nous changeons les meilleures vitamines en poison.

Nous avons une potentialité extraordinaire et naturelle de défense immunitaire, qui nous permet d'être dans une bonne santé psycho-corporelle. Mais hélas le poison que nous distillons par nos émotions négatives détruit cette potentialité et nous amène à des somatisations. Nous générons souvent nous-mêmes le stress de la vie quotidienne, c'est notre manière de percevoir les événements et d'y faire face qui n'est pas adaptée.

Ce sont nos peurs qui nous conduisent et qui détruisent nos potentialités actives. Résoudre les problèmes d'une manière objective nous permet de ne pas subir les stress négatifs mais au contraire de les transformer en stress positifs. Gérer ses émotions est une grande force, cela permet de les utiliser à bon escient.

Dans le monde du travail les émotions risquent d'amplifier les déconvenues et de faire souffrir. A mon avis, c'est le seul endroit où il faut être vigilant et les circonscrire dans le but d'être objectivement rassuré face aux problèmes posés. Que de stress évités si l'on apprenait à gérer ses émotions. L'harmonie s'acquiert en se laissant aller sans retenue dans la vie amoureuse, amicale et familiale, mais il faut être vigilant sur son objectivité dans le monde du travail et dans la vie sociale.

La France est la nation la plus médicalisée du monde, l'une des raisons de cette médicalisation est la vision pessimiste de la vie. Elle génère des pensées négatives, de déplaisir, et est donc là l'origine du poison qui détruit notre système immunitaire. L'inverse est aussi vrai. Accéder à la jouissance de son corps a une influence certaine sur les pensées positives et renforce le système immunitaire naturel.

Pour comprendre la sensation ou le sentiment dans sa fonction, il est indispensable de comprendre les processus énergétiques du corps. Ces processus se traduisent par une activité pulsative (comme dans le cosmos) psychocorporelle ainsi que par des impulsions et réactions spécifiques. Les mouvements d'expansion et de contraction sont les signes visibles de la force de vie d'un organisme. Cette pulsation de vie est plus évidente et visible lors de l'inspiration et l'expiration, mais des rythmes similaires existent dans l'activité péristaltique des intestins et des battements du cœur. Toutes les cellules vivantes respirent. Elles aspirent de l'oxygène et rejettent du dioxyde de carbone dans un processus connu comme phénomène de respiration interne et qui est l'activité pulsative fondamentale de la vie. Ces mouvements d'expansion et de contraction sont spontanés et les sensations et les sentiments sont des états qui leur sont associés. Quand la respiration devient libre, aisée et profonde, la tranquillité et le calme se diffusent dans l'organisme.

Quand je demande au patient comment il se sent, il répond « bien ». Il y a sensation, même si aucune émotion spécifique n'est reliée à cet état. Si un patient répondait : « Je ne ressens rien du tout », cela signifierait que l'activité pulsative du corps aurait perdu de son intensité normale, ce qui serait vraisemblable chez une personne cliniquement déprimée. La santé n'est donc pas l'absence de souffrance, mais la présence d'une tonalité fondamentale de plaisir dans le corps. Une personne qui déclare : « Je ne sens rien du tout » s'est coupée de la perception de sa propre vitalité, comme de tout sentiment qu'elle pourrait éprouver à l'égard des autres. Pour survivre, un organisme doit être sensible à son environnement. La sélectivité ou l'aptitude à distinguer les différents stimuli est le fondement de la perception et de la conscience.

Notre perception du monde dépend largement du fonctionnement de nos principaux organes des sens, cependant aucun sentiment, aucune sensation spécifique n'accompagne l'information. Le sentiment ou la sensation dépendent de la nature de nos réponses. Si notre réponse est positive, c'est-à-dire si le stimulus induit un mouvement d'expansion du corps, nous éprouverons une sensation de plaisir et d'excitation. Si notre réponse est négative, c'est-à-dire si le stimulus provoque une contraction du corps, nous éprouverons un sentiment de crainte ou de souffrance ou encore une sensation de douleur. Nous attribuons ces sensations et sentiments aux stimuli eux-mêmes, mais ils sont en réalité les perceptions de nos réactions. Nos actes ne sont pas seulement déterminés par les stimuli venant de l'extérieur. Nous réagissons aussi aux impulsions qui se produisent spontanément à l'intérieur de nos corps, ces impulsions sont en rapport avec nos besoins. En fait nos perceptions du monde extérieur sont tributaires de nos propres projections. Une personne saine percevra la beauté du monde, une personne névrosée percevra le monde à travers ses souffrances.

Dans certaines situations, une personne peut délibérément empêcher une impulsion de s'exprimer. Par exemple si elle est poussée à frapper quelqu'un qui la blesse, mais comprend que l'agresseur est plus fort, elle décidera de réprimer son impulsion. Dans une telle situation, cette personne est parfaitement consciente de sa colère et de la tension générée par le refoulement de son impulsion agressive. Si la situation change, elle peut relâcher sa tension et exprimer sa colère soit verbalement, soit en donnant des coups de pieds ou en frappant un objet quelconque. Le problème sera différent si la situation ne change pas ou si la personne ne peut s'y soustraire.

Quand un enfant se trouve dans une telle mauvaise position, il est légitime qu'il soit en colère devant l'attitude hostile de l'un de ses parents, mais il est probable que l'enfant n'exprimera pas sa colère par crainte des représailles. Dans notre culture, l'éducation des enfants entraîne souvent des conflits dans lesquels la liberté de l'enfant est forcément amputée et son esprit brisé. Lorsqu'une impulsion est consciemment refoulée, il en résulte une violente contraction des muscles. Si la tension devient chronique, les muscles deviennent rigides et la retenue des impulsions devient inconsciente. Des muscles rigides rendent impossibles les mouvements spontanés, si bien que l'on n'a plus conscience de sa colère ou de tout autre sentiment, peut-être même que l'on retient ses sentiments.

W. Reich précise : « Toute rigidité musculaire contient l'histoire et la signification de son origine ».(3) La sensibilité de cette région du corps ayant disparu, on ne sent plus la tension. Des années plus tard quand le muscle s'affaiblit, la douleur se développe, mais nous ne sommes pas en mesure d'établir le lien entre la douleur, la tension et la répression de l'émotion. Le degré de répression d'une émotion comme la colère varie en fonction de la sévérité de la menace qui occasionna cette répression pour la première fois. Certains ont d'énormes difficultés à se mettre en colère ou à l'exprimer ; d'autres sont capables d'en éprouver un peu si la provocation est suffisante. D'autres encore explosent à la moindre provocation, mais la tension chez ces personnes atteint une telle intensité qu'elle constitue une provocation constante. Comme ces explosions de rage se produisent avant que la personne ne se rende compte ni du degré ni du motif de sa colère, elles ne permettent pas de relâcher la tension chronique.

Des muscles chroniquement tendus donnent au corps une apparence de rigidité. Des muscles contractés dans n'importe quelle partie du corps ont pour effet de restreindre la respiration. Une respiration complète implique que les ondes respiratoires se répandent dans le corps entier. Mais la tension musculaire chronique qui empêche la personne de respirer complètement et profondément, amoindrit aussi son énergie, de sorte que la vitalité globale de son corps s'en trouve à son tour réduite. Le résultat est que la répression d'une émotion tend à affaiblir la sensibilité en général.

Les émotions sont l'expression directe de la pensée. Elles vont servir à élaborer les sentiments. En effet c'est sur ce ressenti émotionnel que l'être humain bâtit l'idée sentimentale. Mais le mental perturbe souvent la réalité émotionnelle. On peut se rendre compte de la sérénité de quelqu'un et mesurer son harmonie à l'intensité de ses sentiments, à la grandeur et à la profondeur de son esprit, à son aisance et à son calme. Tout ceci est la conséquence du flux énergétique.

Effectivement les sentiments sont la création de la pensée humaine, leurs qualités dépendront de l'harmonie bioénergétique qui émane de l'être.

Nous avons tous des millions d'émotions qui déclenchent dans notre corps des sensations multiples, depuis notre vie intra-utérine jusqu'à notre mort. Il serait logique de privilégier les émotions positives et agréables comme la joie, l'enthousiasme ou la paix, tout en nous efforçant de supprimer au plus vite les émotions que nous avons apprises à tenir pour négatives, désagréables, comme la peur, la colère, la jalousie, la rancune la tristesse et la frustration. Souvent hélas nous sommes prisonniers de ces tensions au point d'être coupés de la joie.

La suppression des émotions, le refoulement, s'inscrivent dans notre corps en provoquant une rigidité musculaire chronique et une insensibilité. Plus nos émotions négatives vont être refoulées, moins notre sensibilité aux émotions positives sera évidente. Le refoulement, la rigidité chronique et l'insensibilité qui en découlent vont cuirasser l'organisme. La strate négative qui entoure le noyau énergétique s'en trouve inévitablement renforcée et limite l'expansion de celui-ci. La pulsation vitale, expansion- contraction se trouve amoindrie avec toutes les conséquences que cela entraîne sur la détérioration de l'organisme, sur ses aptitudes à ressentir le plaisir et sur les principes même du bonheur intrinsèque de l'individu, par conséquent sur son environnement immédiat, sur celui de sa famille et par extension sur la société dans laquelle il vit.

Toutes nos émotions sont le fruit des pensées de nos personnages intérieurs plus ou moins ligotés dans l'expression de leurs limitations, elles sont le fruit de nos sous-personnalités conscientes et inconscientes, et en apprenant à les connaître, nous pouvons sortir de la domination des despotes violents qui se cachent en nous.

Il est temps de remettre en question la croyance du « malheur inévitable », de la violence du monde dans lequel nous vivons et contre laquelle nous ne pouvons rien. Si chacun se sentait responsable de lui-même en cherchant à se délivrer de ses émotions négatives et des maux qu'elles entraînent, au lieu d'accuser les autres, de se plaindre en victimes résignées et d'attendre passivement que le monde s'améliore par quelque intervention divine, politique ou extraterrestre, la société dans laquelle nous vivons s'améliorerait considérablement.

La pensée humaine est continuellement à la recherche de la sécurité. Pour nos ancêtres ce qui menaçait le plus cette sécurité était la nature. Aujourd'hui nous avons introjecté cette peur ancestrale alors que la nature n'est plus la même. L'homme lutte contre sa propre nature et les vicissitudes des forces qui l'entourent. Comme il ne peut jamais conquérir complètement la nature, il est constamment en lutte contre elle, au risque de la détruire définitivement. Cette lutte, qui se reflète dans la lutte entre l'ego et le corps, enlève à l'homme l'harmonie dont il a besoin pour connaître la joie de vivre. Seuls les petits enfants et les animaux sauvages connaissent cette joie. La lutte entre l'ego et le corps est plus intense chez les personnes névrosées que chez les personnes saines. Elle prend souvent la forme d'une tentative pour conquérir le pouvoir, et assurer le succès, corollairement à un manque d'estime de soi et d'amour.

Une de nos difficultés c'est de laisser tomber le masque de l'ego. Or cet Ego est nécessaire à l'homme s'il reflète la réalité de l'être. Chacun de nous le construisons pour pouvoir vivre et communiquer avec les autres. Mais hélas ! cet Ego est souvent une représentation, un masque. Il est la représentation de l'image que nous souhaitons paraître. Il n'est pas notre réalité. Cet Ego nous protège mais en même temps il devient, si nous ne sommes pas vigilants, une seconde nature au point que bientôt nous nous identifions à lui, pensant que là est notre réalité. En fait nous portons tous un masque de représentation, c'est « la granda comedia ». Nous sommes très loin des communications dans le principe de la réalité, car nous refusons de nous montrer tels que nous sommes. Nous n'osons pas « être ce que je suis » car nous avons une piètre estime de ce que nous sommes.

Sur terre, tout est dualité. Dès la naissance notre expérience de la vie est duelle : notre père, notre mère, le temps, la nature, les gens. Cette dualité est en nous, dans notre yang et notre yin et l'évolution ultime de la personnalité est d'aboutir à l'unité. Un maçon lorsqu'il construit une maison, utilise et réunit des forces antagonistes. Un poète lorsqu'il écrit, unit l'esprit du cœur et éros. Réunir en nous ces forces antagonistes pour en faire des forces complémentaires et créer ainsi l'unité de notre être, c'est approcher de la réalité.

Jusqu'à quel point sommes-nous dans la réalité ? Chaque chose que nous percevons est immédiatement mise en relation avec quelque chose d'autre, une image, une arrière-pensée, un mouvement inconscient. Nous ne vivons pas la réalité. C'est seulement lorsque nous sommes en contact avec notre cœur, notre âme, que nous nous en approchons. Cette réalité est alors comme une lumière qui nous illumine quelques secondes et nous nous sentons vivants. Puis aussitôt après nous retombons dans l'obscurité.

Il est important de mémoriser ces instants, car la vie est ainsi faite, nous oublions. En réaction à cette situation, notre ego va nous dire « je suis ceci ou je suis cela... je suis supérieur et je peux le faire ». Tout cela est de l'auto-volonté, du « je le veux ». A partir du moment où l'on est dans l'auto-volonté, on ne permet plus à la lumière de nous éclairer.

Il y a aussi la fierté, l'arrogance : « Je suis plus important que toi, je sais... ». Ce système d'auto-volonté et de fierté est construit sur la peur. C'est un édifice fragile et sans racine, comme un château de cartes qu'un simple coup de vent fera tomber. Dans ce cas, il n'y a pas d'unité entre l'ego et le vrai soi.

Lâcher prise, c'est lâcher notre ego limité et négatif. Un ego sain est capable de s'effacer et de s'émouvoir. Notre conscience utilise l'ego vivant et créatif pour bouger et se connecter avec l'énergie. L'amour est ainsi la prise de conscience d'une volonté d'ouverture. L'ego rigide ou déficient, lui, est gonflé de prétention : « Je suis le seul, je suis le meilleur, il n'y a personne de meilleur que moi... » il empêche la rencontre avec sa réalité.

L'ego est composé de deux mots. E veut dire « œil » et Go est la contraction du mot Gayâ signifiant la terre. Ainsi l'ego est l'œil de la terre, et c'est un merveilleux outil de création et d'apprentissage.

Notre ego limité déforme notre conscience et entretient la division. Dans la structure schizoïde il est inexistant, dans la structure orale, complètement relâché, il est confus et inconsistant. Dans la structure « resserrée » comme celle du masochiste, il sort difficilement et reste la plupart du temps enfermé et contraint. La personne éprouve alors beaucoup de difficultés pour exprimer ses sentiments. Chez un psychopathe, l'ego est énorme et disproportionné par rapport à la réalité de la personne.

L'ego est donc l'outil avec lequel nous régulons notre vie, l'outil qui nous donne sécurité et protection. Pour pouvoir se développer spirituellement et émotionnellement, chacun doit passer préalablement le seuil de l'ego. Quand l'ego est rigide, raide, noué et qu'il s'exprime en disant : « Je ne céderai pas, je ne céderai pas », il arrête le flux de l'énergie en nous. Nous sommes fermés sur nous-mêmes, tout est bloqué : notre corps, nos émotions et nos sentiments.

Nous ne pouvons lâcher prise, or ce terme de « lâcher prise » si souvent employé en thérapie, ne consiste pas

à se soumettre à l'autre, mais bien lâcher prise par rapport à soi-même, par rapport à son ego, par rapport à ses résistances.

Souvent, ce que l'on considère comme négatif ne l'est pas. Nous vibrons, bougeons, changeons continuellement comme le temps. C'est une vibration, un mouvement dans tout l'univers et il n'y a rien de négatif. Accepter de privilégier les sentiments positifs nous permet de considérer chaque acte de notre vie comme une expérience, même si cela est douloureux.

Il est bien évident que la vie ne réserve pas que de bonnes choses, mais il est aussi évident que si nous savons percevoir les circonstances qui ont occasionné des expériences douloureuses, nous saurons en tirer un enseignement. La vie est un enseignement continuel qui nous enrichit. Les circonstances qui nous amènent à l'action, à faire des choix, sont toujours les fruits de notre propre influx inconscient. C'est dans ce sens que l'on dit communément qu'« il n'y a pas de hasard. » En effet nous influons inconsciemment sur les événements de notre vie, ces événements se croisent avec d'autres événements provenant du monde extérieur à nous-mêmes. La conjonction de ces événements se nomme circonstance. Le concours de circonstances qui nous amène à faire des choix est en partie dû à notre désir inconscient. Mais souvent englués dans notre névrose, nous ne pouvons percevoir les événements qui pourraient correspondre à notre désir. Les yeux pleins de poussière nous restons sur le quai de la gare en ratant le train de la vie.

Si nous n'accusons personne et acceptons cette expérience même douloureuse, nous la transformerons. Sinon nous sommes pris dans un cercle vicieux, c'est

toujours la faute de quelqu'un d'autre et nous répétons ainsi les douleurs de l'enfance à l'infini.

Nous devenons la victime et alimentons cet état en participant à des actions et à des situations négatives.

Nous y sommes attachés et nous restons avec, en recréant les mêmes douleurs dans les mêmes conditions. Si nous sommes attirés par les choses négatives c'est parce que nous avons peur. La plus grande difficulté que l'homme doive surmonter n'est pas la douleur ni la plainte, mais notre incapacité à nous mettre et à nous tenir debout pour le plaisir et le bonheur.

Nous pouvons être de grands guerriers, mener des combats et des actions importantes, mais ouvrir son cœur, recevoir, oser être sans se masquer derrière une cuirasse névrosée est le plus difficile. Les choses négatives donnent l'impression d'être plus confortables, c'est du moins ce que l'on pense. Elles sont plus excitantes et nous croyons en avoir le contrôle. Tant que nous restons attachés au négatif, il nous est impossible d'aimer.

A travers tous ceux qui viennent me consulter, même si je vois les négativités qu'ils ont accumulées dans leur corps et dans leurs expressions, je regarde d'abord la beauté de l'enfant qui est toujours là au fond d'eux et qui est prisonnier de la douleur et de la souffrance. Ils portent un masque sur leur visages complètement différent de ce qui est vraiment là, au fond d'eux-mêmes. La seule force de croissance, de transformation et de vérité est l'amour. L'amour que l'on peut d'abord avoir pour soi-même. Mais l'amour demande la liberté.

Chaque fois que nous sentons, que nous faisons l'expérience de la joie au plus profond de nous-mêmes,

nous sommes en rapport avec lui. Alors nous aimons les autres, la nature et toute la création. Si nous restons avec les forces de la dualité, nous créons de très beaux sentiments mais également des sentiments négatifs. Chacun d'eux est l'une de nos expressions et nous sommes là pour les unifier. Si l'on pense de cette manière il n'y a pas de coupable. Nous ne devrions pas regarder nos problèmes et nos difficultés avec culpabilité mais simplement en comprenant la souffrance qui les accompagne : « J'ai mal, c'est ma douleur, elle est à moi et à personne d'autre, mais je sais pourquoi j'ai mal ».

Comprendre les causes profondes de sa douleur, c'est déjà être sur le chemin de la guérison.

« Se comprendre ». C'est l'aide que peut apporter PSYcore. C'est difficile d'expliciter sa douleur, de se dire : « Je crée ma douleur et je dois en regarder les causes à l'intérieur de moi, pas chez l'autre ». C'est un vrai travail, un très beau travail. La tâche la plus importante dans notre vie est de garder vivante la flamme du cœur.

Nous ne pouvons accéder à l'amour qu'après avoir expurgé notre moi de ses colères et de sa haine, car tant que nous sommes prisonniers de ces sentiments et de ces émotions négatives nous ne pouvons pas ressentir l'amour. PSYcore vise à éliminer ces émotions négatives pour permettre l'ouverture à l'amour. L'amour de soi ne signifie pas adoration de soi. Il y a deux sortes de narcissisme :

— le narcissisme primaire qui signifie ressentir pleinement l'excitation de la vie et répondre à cette excitation dans toutes ses manifestations possibles. S'aimer soi-même signifie aimer la vie et toutes les créatures vivantes. On ne peut aimer quelqu'un d'autre si

on ne s'aime pas soi-même car sans amour de soi, on prend, on ne donne pas.

— le narcissisme secondaire qui lui, aime l'image qu'il représente, hors de sa réalité intrinsèque. Il vit dans l'illusion de lui-même, dans l'amour d'un ego hyper atrophié, ce qui dénote toujours un Moi faible, d'où le besoin de compenser par une illusion.

Ce sont toujours les peurs qui obligent l'être humain à se créer un masque composé d'illusions : peurs de ses propres émotions, de ses débordements, de ses abattements. Cette incapacité de gérer ses émotions handicape la plupart des individus. Lorsqu'on arrive à assumer la responsabilité de ses émotions on peut observer en soi quelles sont les croyances et les mémoires qui sont à l'origine de ces états. Le travail de guérison a commencé car la désintoxication émotionnelle va libérer tout le potentiel bioénergétique. Une autre réalité intérieure s'installe car la vie prend de l'expansion et la vie ne cesse d'être en expansion.

Si nous considérons que ce qui nous arrive n'est pas le fruit du hasard, que nous avons une part de responsabilité dans ce que nous vivons de bon ou de moins bon au quotidien, nous pouvons porter notre regard sur ce qu'il y a au fond de nous et mettre en évidence les raisons, les origines de nos difficultés. Rien n'est coupé de rien. Ce que nous ne pouvons entendre ou comprendre, notre corps nous le dit de différentes façons, d'où l'importance d'être à son écoute. Le corps ne peut mentir, il garde le souvenir de toutes nos aventures et mésaventures. Le but de la biothérapie est de décoder son langage.

Nous ne sommes pas au centre d'une histoire, nous sommes l'histoire. Avoir accès au sens de son histoire permet de choisir en conscience et de ne pas subir les

événements. Lorsque nous les subissons cela génère une contraction psycho-corporelle qui provoque le blocage de la bioénergie. Et le blocage de cette énergie dans notre psycho-soma génère des souffrances psychiques, psychologiques, corporelles, qui peuvent devenir pathologiques.

Ces blocages sont dus aux influences qui nous ont construits, aux stress de la vie quotidienne, à un choc émotionnel ou à la rupture d'un amour ; ils génèrent des névroses : l'être humain a peur des autres, peur de vivre, peur d'aimer. Il se replie sur lui-même, souffre, ravale ses émotions, ou au contraire devient dépressif. Il se contracte au point qu'il provoque une maladie pour signaler son point de rupture avec l'expansion vitale. La biothérapie permet de traiter les contenus psychiques d'une manifestation corporelle aussi bien que l'expression corporelle d'une manifestation psychique. Le corps sert de base physiologique et psychologique pour accéder à la conscience.

On ne peut pas avoir conscience de son individualité si on n'a pas le droit et le pouvoir de l'affirmer. On se rend compte que la conscience de soi dépend de l'affirmation de soi. Celle-ci, implique une opposition, ce qui la distingue de l'expression de soi. S'affirmer, c'est proclamer son individualité contre des forces qui la nient. De telles forces existent dans la société et dans la famille. Si nous n'avons pas le droit d'exprimer notre opposition, notre individualité est affaiblie et notre puissance créatrice est sapée à la base.

Le parallélisme entre le défaut de connaissance de soi et la faiblesse de caractère de celui qui ne sait pas dire non, montre qu'il y a un lien logique entre les deux. La négation est un élément essentiel de la connaissance, « on

ne peut pas dire un vrai oui tant que l'on ne sait pas dire un vrai non ». La connaissance dépend du discernement. Elle naît de la reconnaissance des différences et la première différence qu'un organisme est capable de reconnaître, c'est celle qui existe entre le bien-être physique et son contraire, entre l'agréable et le pénible.

Pour que soit franchi le pas qui sépare la réaction impulsive de la pensée, il faut qu'interviennent une frustration et une négation. Si les actes impulsifs d'un organisme étaient capables de satisfaire tous les besoins et tous les désirs, la pensée consciente serait superflue. C'est uniquement lorsque les schémas de conduite automatique échouent à satisfaire l'organisme que le besoin de pensée consciente se fait sentir.

Le rôle de la frustration dans la pensée est évident mais elle ne débouche pas nécessairement sur la pensée, elle peut se tourner aussi bien en colère ou en rage, qui sont les réactions les plus naturelles à la frustration. La pensée ne peut avoir lieu que si l'énergie du désir frustré est détournée de ces canaux de décharge que sont la colère et la rage. Cet ordre qui arrête un effort stérile et dirige l'énergie vers un autre canal, c'est la voix du Moi dans sa fonction créatrice. La poussée créatrice se compose tout d'abord d'une forte pulsion qui cherche à se satisfaire dans le plaisir, ensuite, c'est la frustration qui fait obstacle à la satisfaction par les voies habituelles. La pulsion d'auto-conservation provenant du noyau énergétique relativisera la frustration pour ne pas être détruit et le psychisme enregistrera le mouvement de la bioénergie dû aux émotions.

Les frustrations dosées sont nécessaires à l'étayage de la construction de la cuirasse de l'enfant, c'est à dire de son Moi. Sa structuration passe par les limites que lui

mettront les influences éducatives et émotionnelles. Bien entendu ces frustrations se feront dans la reconnaissance du sujet qu'est l'enfant et non pas comme objet tributaire des névroses ambiantes. Si la motivation pour le plaisir est trop faible, l'effort sombre dans la résignation. Si c'est la discipline qui est trop faible, il tourne en rage.

Un Moi sain gère les frustrations et ne se laisse pas submerger par la souffrance, il ne se fixe pas à cette souffrance. Il canalise ses énergies vers d'autres objets de satisfaction. Il est à l'écoute de son inconscient corporel, et plus profondément de sa propre légende. « Je suis sur terre pour accomplir quel projet de vie ». Nous avons tous une légende particulière a vivre, mais elle nous est masquée par notre névrose, par nos souffrances. Un Moi sain ne substitue pas ses illusions aux désirs du corps. Son influence n'est que modératrice. C'est celle qui est à la base de la maîtrise saine de soi.

Quand un enfant obéit à un ordre, il est privé d'une occasion d'apprendre. Cela ne veut pas dire que les ordres ne sont pas nécessaires mais ils ne le sont pas dans des situations d'apprentissage car ces situations demandent le libre jeu des volontés, sans lequel aucune réflexion ne peut naître. Le « je ne sais pas dire non » de l'adulte commence à la maison, quand les parents écrasent l'opposition de l'enfant et imposent leur volonté contre son refus. Il est de pensée courante qu'un enfant doive apprendre à obéir à ses parents, sinon il n'aurait aucun contrôle sur lui et il tournerait mal. Mais on oublie que l'enfant est un être sociable, dont les actes spontanés tendent à l'expression de soi et non à la destruction de soi. Depuis sa naissance, toutes ses réactions sont dirigées par des impulsions ancrées dans la sagesse du corps. Si l'on part du principe que la discipline doit être imposée de l'extérieur, une véritable discipline personnelle ne pourra jamais se

développer. L'enfant sage et obéissant sacrifie son droit à dire non, et perd ainsi le pouvoir de penser par lui-même.

C'est pour cela qu'il est important, dans la limite de sa sécurité et de la nécessité de l'éducation, de toujours respecter le droit de l'enfant à dire non. Il convient de le laisser agir à sa guise chaque fois que c'est possible. Il peut ainsi acquérir le sentiment d'être responsable de sa propre conduite, conformément à la tendance naturelle de tout organisme. Si les premiers efforts de l'enfant pour établir un schéma d'autorégulation sont découragés par les parents, il s'ensuivra des conflits extrêmement difficiles à surmonter. L'enfant qui a le droit de dire non à ses parents devient en grandissant un adulte affirmant son MOI d'une manière sereine, sans provocation rebelle et sans soumission, tout simplement dans le : « J'ose être ce que je suis ».

L'UNIFORMISATION DE LA PENSEE

Des modèles de pensées nous ont conditionnés depuis la prime enfance, qu'ils proviennent de la culture, de la religion ou de l'éducation. Certes les civilisations se sont construites sur la transmission de génération en génération de ces modèles de pensées, mais l'on peut se questionner sur la liberté intrinsèque de la pensée de l'homme : peut-il aujourd'hui penser par lui-même ou ne fait-il que reproduire les systèmes de pensée qui le conditionnent ? On peut craindre que la pensée originale ne laisse place qu'à une pensée uniformisée !

La télévision y contribue pour une très grande part en imposant des valeurs culturelles qui ont pour effet de standardiser les cultures locales. En effet les cultures nationales et a fortiori les cultures régionales tendent à s'effacer, sinon à disparaître au profit d'une culture uniformisée mondiale, d'une culture artificielle qui ne correspond plus aux racines des peuples. Cette culture mercantile entre dans la composante du Biosocial, elle influence et déstabilise les cultures ambiantes. Ainsi les jeunes renient leur culture sans pour autant pouvoir s'approprier celle qui leur est proposée. C'est à mon sens un des facteurs de déséquilibre de la jeunesse qui perd ainsi les repères de ses racines.

La télévision est aussi un moyen de conditionnement pour les biens de consommation ; la fracture se crée lorsque le désir d'acquérir un bien est stoppé par le manque d'argent. La frustration engendrée lorsqu'elle se

pérennise, crée une tension contractante qui peut amener une révolte anarchique et violente. L'argent est la seule valeur, de nos jours, que tout le monde reconnait. Tout est devenu tributaire de l'argent, même la culture.

En psychanalyse l'argent symbolise les fèces et a trait à la prime enfance. En PSYcore, l'argent est synonyme d'énergie. L'énergie dépensée pour la création d'un objet exige en contrepartie, pour le posséder, de l'argent énergie. Donc dans un principe de réalité il serait utopique de rejeter le principe de l'argent.

Cet argent a une signification particulière dans les névroses. En effet il y a identification de l'argent avec l'énergie vitale. La guerre de l'énergie se situe avant tout au niveau individuel. Par exemple l'on sait qu'une personne ayant une cuirasse masochiste aura une nette tendance à la pingrerie, elle aura peur de manquer d'énergie vitale et sa maîtrise des sphincters la rassure, elle ne se relâchera pas. En fait l'on gère son argent, comme on gère ses énergies. Certains passent leur vie à cumuler, d'autres sont extrêmement dépensiers. L'argent n'est pas un mal en soi lorsqu'il représente de l'énergie dépensée pour accéder aux biens matériels nécessaires à l'existence. Cela devient moins moral lorsque, à certains niveaux internationaux, l'argent sert à accéder à tous les pouvoirs, mettant de ce fait les démocraties en péril. En effet, les richesses économiques des états sont souvent inférieures à celles des consortiums de l'argent. Les états deviennent tributaires de ceux qui possèdent la réalité des richesses économiques.

Les grandes puissantes financières internationales ont aujourd'hui une influence planétaire, elles échappentau contrôle des états et façonnent notre vie quotidienne. Les nouvelles technologies leur permettent d'atteindre en

temps réel les consommateurs jusqu'au bout du monde ; la vague actuelle de fusions et d'acquisitions leur donnent des parts de marché que n'auraient jamais imaginées les capitalistes les plus débridés. Mieux : avec la chute du communisme, elles n'ont plus de contrepoids idéologiques ni de contre pouvoir.

Le danger pour l'homme est qu'il perde son libre arbitre et ne soit qu'un moyen conditionné pour n'être qu'un producteur-consommateur. L'argent et le pouvoir qu'il représente font partie intégrante de la composante Biosociale, car ils génèrent des émotions frustrantes pouvant amener aux révoltes violentes qui me semblent souvent justifiées. Tant que le partage des richesses du monde (donc de l'énergie vitale) ne sera pas plus équitable, que cela soit dans les microsociétés ou les macrosociétés, il est évident que les explosions sociales se feront jour.

Ce combat pour l'énergie se poursuit depuis la première macro cellule, aujourd'hui il concerne six milliards d'individus sur une terre bafouée, saignée, humiliée, une terre qui pourrait être un jardin d'Eden mais qui va vers sa désertification. C'est aussi dans ce contexte d'énergie vitale que l'Homme peut dire non aux influx du Biosocial, tant qu'il conserve ce droit, il essaie de comprendre par lui-même, il peut commettre des erreurs, mais il apprend.

La plupart des gens souffrent d'une impuissance relative à s'affirmer, c'est cette impuissance qui est responsable de leurs difficultés et de leur ignorance d'eux-mêmes. C'est aussi cette impuissance qui tôt ou tard amène la déflagration sociale face à la puissance de l'argent (énergie). C'est un droit vital de savoir dire NON judicieusement. C'est « **oser être ce que je suis** ».

Chapitre 2

L'ELABORATION DE LA PERSONNALITE

Nous verrons l'importance fondamentale, dans la construction de l'être, des mouvements bioénergétiques et des pulsations de contraction-expansion. La personnalité marquera la spécificité de chacun dans son individualité sous trois aspects :

— l'autonomie.
— la consistance.
— les motivations.

Par exemple en présence d'un milieu identique ou d'un stimulus commun, on obtient des réactions différentes de la part de sujets appartenant à la même espèce. L'individu vivant est tel parce qu'il est d'abord distinct. Quand on parle d'autonomie, il ne peut s'agir que d'autonomie relative et pas d'autonomie absolue. Un événement n'est jamais contraignant par lui-même, car il n'existe que par la signification que lui donne le sujet qui le perçoit. C'est l'autonomie qui sert de référence quand on tente de comprendre une réaction à partir de processus endogènes ou exogènes. En biothérapie la quête de l'autonomie, vise à se dégager des dépendances négatives qui empêchent l'évolution de l'être dans sa réalisation affective et sociale.

C'est peut-être sous la forme de la consistance ou stabilité, que se manifesta pour la première fois, la notion traduite par le mot « personnalité » qui vient du latin « persona » et désigne le masque porté par les acteurs de théâtre. Je pense que la consistance prend sa source dans la cuirasse caractérielle et que les comportements qui la caractérisent sont les éléments visibles de l'iceberg. Autrement dit la consistance de la personnalité sera le reflet de la structure conflictuelle interne. Lors d'une thérapie il y a modification de la personnalité, car son essence se modifie, en particulier lorsque les peurs sont annihilées, la personnalité retrouve une consistance lui permettant d'accentuer son autonomie.

Les motivations proviennent des stimuli qui poussent à l'action et dont, le plus souvent, on observe les effets sans les saisir directement. Je pense que les motivations découlent d'une part du besoin animal fondé sur l'homéostasie et la bioénergie, tendant à rétablir l'équilibre intérieur, et d'autre part du besoin spécifiquement humain visant à dépasser la simple conservation pour se projeter vers un équilibre supérieur futur. La personnalité est donc intimement liée à la construction de la cuirasse caractérielle, avec cette potentialité récurrente de développement d'une puissance intrinsèque d'auto-actualisation.

En d'autres termes la personnalité n'est pas uniquement dans l'emprise de sa construction névrotique, elle a aussi une latitude spécifique et unique qui la distingue dans sa particularité.

L'étayage de la personnalité se fera dès la prime enfance au fur et à mesure de l'évolution de l'être et de son équilibre bioénergétique.

LA RUPTURE

La vie n'est faite que de ruptures. Il y a les ruptures biologiques : d'abord au moment de la naissance avec la poche et le liquide amniotique et avec la coupure du cordon ombilical. La mort, qui est la rupture définitive avec la vie et dont l'idée provoque une telle angoisse, que les humains ont toujours cherché une issue, soit en faisant semblant de l'ignorer, soit en créant l'espérance d'une autre vie. Ensuite viendront les angoisses générées par des ruptures affectives. L'être humain agit comme s'il était éternel, alors que tout est éphémère. Une rupture le met dans une insécurité angoissante, pourtant ce n'est pas une fin, mais le commencement d'autre chose. Pour comprendre cette souffrance il faut savoir que les angoisses de séparation font partie de l'étayage structurel de l'enfant et de l'évolution de sa personnalité.

En effet l'angoisse de séparation est une manifestation que développe le sujet humain au cours du huitième mois, qui cesse au cours du premier trimestre de la deuxième année, et réapparaît avec des intensités variables dans les années suivantes. Elle se traduit par des réactions particulières devant des visages non familiers. Freud pense qu'elle a une fonction organisatrice et il est remarquable de constater des réactions similaires chez le jeune animal à la perception du premier schème ennemi.

Ces réactions se traduisent par des mimiques : détournement des yeux, des pleurs, mimique angoissée ou désir de dissimuler son visage etc... Dans toutes les

histoires phobiques on peut repérer des craintes de la solitude, la peur d'être seul, de « lâcher la main de la mère », au point que certains reproduisent le bioscénario du huitième mois. L'angoisse de séparation est associée à l'aversion des jeunes enfants pour l'école. La peur de perdre l'objet, la difficulté à se séparer ou au contraire la fuite en avant, qui sont les caractéristiques des conduites phobiques participent aussi d'angoisses narcissiques : angoisses de se perdre quand se profile le moment de l'identification œdipienne.

Phobie, pulsionalité anale, maîtrise et toute-puissance, sont des traits repérés avec une certaine constance dans les analyses et les thérapies de patients phobiques. L'agoraphobe par exemple ne se déplace qu'accompagné, le patient phobique de l'avion contraindra ses proches à renoncer aux transports par air. Outre cette évidence des fixations sadiques-anales, ces patients nourrissent des phantasmes de toute-puissance qui contrastent paradoxalement avec le peu d'envergure de leur vie relationnelle au moment où se déclenchent les symptômes.

LA CONSTRUCTION DU MOI, FONDEMENT DE LA PERSONNALITE

Pour comprendre cette construction, il nous faut revenir sur la théorie de l'inconscient. Je voudrais ici citer C.G.Jung :

« Le Moi repose sur un fondement corporel et un fondement psychique. Le premier se manifeste dans des excitations montant à l'intérieur du corps, qui sont en partie perçues de façon psychique et associées au Moi, et en partie, demeurant subliminales. La base psychique se compose du champ de conscience d'une part, et de l'ensemble des contenus inconscients ou des phénomènes intérieurs d'autre part. Le Moi se développe vraisemblablement d'abord sous l'effet du choc entre le corps et le monde ambiant et plus tard aussi, lorsqu'il y a déjà un sujet, sous l'effet du choc avec le monde intérieur. Ainsi croît peu à peu la distinction entre le sujet et l'objet, l'intérieur et l'extérieur ».

Le Moi se trouve donc bien construit grâce aux chocs provoqués par les conflits générés par les influences exogènes dans un premier temps, puis par les chocs intérieurs dans un second temps. Ces chocs sont d'ordre émotionnel et vont alimenter les pulsations existantes. Les émotions sont des mouvements (ex-movere) d'énergie. Soit ces mouvements agissent sur l'expansion de la pulsation primordiale, soit ils agissent sur la contraction et par voie de conséquence sur l'induration bioénergétique.

De plus, si les excitations corporelles sont mémorisées par le psychisme, on peut admettre l'inverse, c'est à dire que les conflits provoquant des chocs psychiques s'inscrivent dans notre corporelle. Dans cette description on admet donc l'idée de l'unité psychocorporelle. C'est à partir de ces mouvements bioénergétiques que se crée le fondement de la cuirasse psychocorporelle, donc du Moi. C'est reconnaître aussi la particularité fonctionnelle du corps et de la psyché. Or la fonction du noyau énergétique inclut l'inconscient dans sa pulsation énergétique vitale.

Selon la théorie reichienne il n'y a pas dissociation fonctionnelle, il n'y a pas de contenu psychique inconscient, l'inconscient est matérialisé par le corps. C'est la cuirasse musculaire qui constitue l 'inconscient. « Toute rigidité musculaire contient l'histoire et la signification de son origine » affirme W. Reich.

Le concept du noyau énergétique va logiquement dans ce sens, néanmoins ma pratique me prouve que la perlaboration d'un traumatisme peut se faire aussi par la verbalisation, les associations, les lapsus, l'interprétation des rêves. Je pense que l'inconscient corporel enregistre les mouvements bioénergétiques, donc l'histoire émotionnelle, mais pas les causes qui provoquent ces mouvements. En cela je diverge de la théorie reichienne.

Le fondement du « moi » se construit à travers les divers plaisirs et frustrations qui engendrent les pulsations énergétiques. Les causes de ces pulsations s'impriment dès l'état fœtal dans notre psyché, tandis que la mémoire cellulaire de notre corps gardera la trace des émotions et des mouvements énergétiques qu'elles provoquent. A partir de trois mois, le fœtus ressent et réagit au plaisir et au déplaisir. Il n'est pas rare, lors d'une échographie d'observer l'érection du pénis chez un fœtus mâle. Les

sensations de plaisir et de déplaisir sont enregistrées par le fœtus, et au moment de la naissance, le bébé est déjà porteur d'une histoire personnelle.

On peut affirmer que le fœtus s'ouvre aux influences extérieures et mémorise les chocs provoqués par les conflits, ce qui a évidemment une conséquence sur la cuirasse musculaire. Ces chocs sont essentiellement émotionnels, comme un bouleversement plasmatique : on devient blanc de peur, rouge de colère. C'est le mouvement centripète ou centrifuge dû aux émotions qui est la source de la pulsation vitale. Notre cerveau va enregistrer les causes de ces mouvements

C'est la mémorisation des « causes » du mouvement bioénergétique qui formera l'espace psychique accessible à la psychanalyse.

Ainsi se crée un espace psychique provenant de la faculté du cerveau à mémoriser les événements et leurs causes, ceux-ci s'imprimant instantanément dans notre cuirasse musculaire.

Sans renier la conception Reichienne de la matérialisation de l'inconscient et la logique du noyau énergétique, le fait d'admettre la mémorisation par le cerveau des mouvements émotionnels et leurs implications corporelles, permet d'une part d'agir en interaction sur la psyché-corps et d'autre part de mieux comprendre le champ de conscience.

L'être humain est tributaire de ses émotions : il en a peur. Peur en particulier du chaos émotionnel énergétique que provoque l'orgasme et qui, dans cette explosion du

microcosme, n'est pas sans rappeler le chaos provoqué dans le macrocosme lors de l'explosion du Big Bang.

Le noyau énergétique porte la trace de cet événement. Cette trace est transmise par nos gènes. Elle se situe au premier niveau du noyau énergétique et peut être réactivée par des stimuli extérieurs et devenir un handicap à la fonction de l'orgasme. D'où l'importance de ne pas stimuler la trace de l'événement mais au ontraire de stimuler la pulsion de plaisir.

Cette crainte est si grande que l'être humain se sent plus en sécurité dans les tensions de la contraction. Il a la sensation alors que l'explosion ne peut avoir lieu ou tout au moins qu'il la domine. Il garde en lui la charge d'énergie qui peut provoquer une névrose d'angoisse et l'étouffement du noyau énergétique. En effet, la peur fait barrière autour de l'expression du noyau, elle bloque le mécanisme de la fonction de l'orgasme et paralyse la pulsation vitale.

La strate négative, véritable inconscient corporel, constituée de la mémoire émotionnelle inhérente à l'évolution de l'humanité, mémoire des mouvements plasmatiques centripètes et centrifuges (expansion, contraction) fait partie intégrante du noyau énergétique. Lorsque je dis mouvement du plasma, cela intègre, par voie de conséquence, la bioénergie et les cellules qui composent nos organes et notre cuirasse musculaire.

Nous pouvons observer son impact auprès des nourrissons. Nous savons que les bébés font des cauchemars, qu'ils ont des crises de peur, d'angoisse, qui se traduisent par des hurlements inexpliqués. Ces peurs et ces angoisses n'ont pas de raison objective. En fait c'est la mémoire de la strate négative du noyau énergétique qui se

manifeste en créant des mouvements plasmatiques centrifuges. Le cerveau à ce niveau ne fera qu'élaborer les causes pour justifier ces mouvements en ayant des perceptions effrayantes. Il est évident que, dans ce cas, l'amour maternel, devra rassurer par un toucher corporel de façon à rétablir une pulsation harmonieuse par le plaisir.

J'aime observer ma chatte. Je l'admire car elle est harmonieuse dans sa bioénergie. Vers dix neuf heures, elle sort de sa longue sieste ; elle s'étire, puis tout à coup elle est sur le qui- vive. Sans qu'aucun événement particulier ne se produise, la voilà les poils hérissés, la queue en l'air, prête à bondir. Elle bondit en effet d'un coup, traverse la pièce comme si elle était affolée. Cela ne dure qu'un court instant, puis elle se calme. En fait le mouvement plasmatique de sa strate négative lui a fait créer des images de peur contractante pour ajuster son mécanisme mental à son système sensoriel. Le temps d'une peur contractante après une sieste relaxante. La pulsation harmonieuse.

Toutes les émotions négatives de contraction que l'être humain a dû introjecter pour sa survie lors de son évolution, limitent le rayonnement du noyau énergétique, mais cette force centrifuge contractante est nécessaire dans sa fonction d'équilibre face à la force expansionniste du noyau, comme dans le cosmos. Le drame est que cette strate négative est alimentée en excès par l'influence extérieure de l'éducation et tend de ce fait à étouffer le noyau énergétique.

Un autre événement m'a été conté par une de mes patientes. Elle voulait se relaxer, et pour cela a commencé un exercice respiratoire global. Rapidement elle a ressenti des flux énergétiques dans son corps qui se traduisaient

par des réflexes orgastiques incontrôlés. Elle s'est placée dans une position fœtale dans le but de dormir. A ce moment là, elle a eu des images d'un jeune homme plein de fougue marchant d'un pas alerte dans le soleil. Ce jeune homme est arrivé à un campement, et sous une tente il y avait une jolie jeune fille. Le jeune homme a commencé à caresser la jeune fille. Ma patiente ressentait elle-même les caresses du jeune homme et eut un orgasme sous ces caresses, alors qu'elle somnolait.

Cette histoire corrobore l'idée selon laquelle le cerveau aurait la capacité de s'ajuster au langage du noyau énergétique exprimé par les pulsions. Celui-ci s'est exprimé par des réflexes orgastiques incontrôlés après une séance de relaxation. Le cerveau créera les images adéquates pour justifier et répondre aux mouvements plasmatiques. C'est le langage de l'unité psycho-corporelle. En effet, le noyau énergétique est pur de tout miasme ; il est source de vie, de force et de puissance. Il est en expansion, mais si les influences extérieures alimentent la strate négative à son détriment il risque d'être annihilé. C'est à ce niveau que se place l'importance du SURMOI et des interdits.

LE SURMOI

Jeudi 20 février 1997.

Je viens d'assister aux obsèques d'une amie qui s'est suicidée. Elle était mariée depuis trente ans. Le couple avait créé une entreprise qui prospérait. Ils avaient une fille de vingt six ans. Le mari désirait la séparation car il était tombé amoureux d'une jeune femme de vingt- quatre ans. Mon amie n'a pas supporté et s'est pendue.

Lors de la cérémonie de crémation, Jacques, à travers les sanglots qui l'étouffaient, a fait sous forme d'épitaphe, une confession. Il a fait l'apologie des années de bonheur qu'ils avaient vécues ensemble et a évoqué la cassure de leur amour neuf ans auparavant. Puis il avouait sa culpabilité d'avoir osé chercher le bonheur hors du couple. Il se sentait responsable de la mort de sa femme et lui demandait pardon.

Ensuite, leur fille, pathétique, a reproché à sa mère de l'avoir abandonnée, car elle l'aimait. Elle s'est reproché à elle-même de ne pas lui avoir assez exprimé son amour, car dorénavant elle ne pourrait jamais plus être complètement heureuse.

L'assistance était bouleversée par l'émotion. Je pleurais aussi. Je pleurais sur la douleur de Jacques et de sa fille et me sentais dans une grande compassion face à leur souffrance. Je faisais aussi l'analogie avec mon propre couple et cela me rendait triste. Jacques avait

« osé être » à la recherche du bonheur, mais son épouse l'avait puni et lui avait laissé des stigmates pour le reste de sa vie.

De « sujet autonome » il était devenu « objet », comme il avait dû l'être lorsqu'il était enfant dans la dépendance à sa mère. « Si tu n'es pas conforme à ce que je souhaite, je veux que tu souffres pour te faire sentir à quel point je t'aime, pour cela je suis capable de te faire un chantage affectif en t'abandonnant, même si je dois me supprimer. Je ne peux pas supporter que tu sois heureux en dehors de moi ».

On assiste dans ce drame, à la conséquence d'un comportement névrotique de la part de cette malheureuse. Elle ne pouvait pas supporter d'être abandonnée, de ne pas avoir la première place dans le cœur de Jacques. Celui-ci admirait sa femme et avait beaucoup de tendresse à son égard, mais il ne la désirait plus. Elle était malade de cette relation incomplète et sa souffrance l'a conduite à l'irréparable.

J'ai voulu citer cet exemple dramatique, pour illustrer le comportement névrotique qui est le résultat de conflits provenant de l'influence parentale et des interdits dans la prime enfance. La souffrance de mon amie a été décuplée parce que, déjà enfant, elle s'était sentie abandonnée. En effet elle a été enfant unique jusqu'à cinq ans, puis la venue de son petit frère la relégua au second plan. Ce sentiment d'abandon va conditionner toute sa vie. L'abandon de Jacques a ravivé cette blessure et lui a donné une dimension émotionnelle insupportable.

Ce suicide est soit un acte de vengeance envers Jacques, en qui mon amie s'est identifiée, soit une fuite

face à une situation conflictuelle insupportable. Cet acte irréparable a pris sa source dans la prime enfance.

Le Surmoi est façonné par les influences parentales qui vont conditionner l'enfant dès sa naissance, et plus tard par le système éducatif. Les interdits parentaux, surtout s'ils sont permanents par rapport au plaisir, les châtiments, la manipulation affective pour obliger l'enfant à l'obéissance, vont bloquer la pulsation contraction-dilatation et réactiver la strate négative du noyau, par des émotions de haine, de peur, de colère non exprimées.

Néanmoins l'expérience nous montre que le Surmoi peut être d'une implacable sévérité, même quand les éducateurs se sont montrés doux et bons et qu'ils ont évité, autant que faire se peut, menaces et punitions.

C'est parce que le Surmoi des enfants ne se forme pas à l'image des parents, mais bien à l'image du Surmoi parental.

En effet il s'emplit du même contenu, devient le représentant de la tradition, de tous les jugements de valeur qui subsistent à travers les générations. L'être humain va introjecter ces influences, ils vont devenir partie intégrante de son psychisme puisque ces interdits sont les causes des mouvements bioénergétiques du corps.

Il en résulte un conflit interne extrêmement violent entre l'expression naturelle du noyau et l'impossibilité de réalisation due aux interdits. La strate négative réactivée, alimentée par la violence externe, deviendra si puissante qu'elle risque d'annihiler la pulsation du noyau. Le MOI ne pourra plus s'épanouîr, il sera sous l'influence du Surmoi. Le MOI va introjecter l'influence du Surmoi et

deviendra conforme à celui-ci. Ces conflits internes provoqueront la contraction de la pulsation vitale et seront à l'origine de la construction de la cuirasse caractérielle.

La bioénergie doit pouvoir se mouvoir dans notre unité psychosomatique sans blocage. Cette pulsation harmonieuse ne peut avoir lieu que si le MOI a un espace suffisamment important pour prendre en compte les pulsions du noyau énergétique sans être étouffé par la pression du Surmoi qui alimente la strate négative. Certes celui-ci est utile, il permet à l'enfant de se structurer, de ne pas rester l'enfant tyran à qui l'on doit tout, de se socialiser et de reconnaître la valeur des autres. Mais le drame existe lorsque ce Surmoi est trop présent et ne permet pas l'expression du noyau énergétique.

Le **ça.**

L'expression du noyau énergétique se fait à travers ce que Groddeck appelle le **ça.** Cette expression a été reprise par Freud.

Ils reconnaissent tous deux que le **ça** est le grand réservoir de l'énergie pulsionnelle.

En PSYcore ce réservoir est le **noyau énergétique,** le ça n'est que l'expression de ces pulsions : pulsions d'autoconservation et de plaisir. Le ça n'est que le représentant psychique des excitations issues du noyau énergétique et parvenant au psychisme, il est le messager pulsionnel du noyau énergétique. C'est en remettant le ça dans son rôle de messager que l'on peut comprendre le conflit entre Freud et Reich à propos de la pulsion de mort.

Freud en 1937 écrivait dans « L'analyse avec fin et l'analyse sans fin » que la seule évocation du masochisme, des résistances thérapeutiques ou de la culpabilité névrotique suffit à soutenir « l'existence dans la vie de l'âme d'une puissance, que d'après ses buts nous appelons pulsion d'agression ou de destruction, et que nous dérivons de l'originaire pulsion de mort de la matière animée. » Freud soutient l'existence d'une pulsion destructrice, on peut l'admettre ici si l'on considère que la strate négative provoque, si le noyau énergétique est affaibli par la puissance du surmoi, une contraction psychocorporelle chronique qui anihile toute émotion et provoque l'explosion destructrice.

Reich a aussi raison de dire que la vie en expansion ne peut être porteuse d'une pulsion de mort. Il parle alors du noyau énergétique et non pas de la strate négative. Les pulsions d'autoconservation et de plaisir proviennent du noyau énergétique en expansion.

C'est la frustration profonde du plaisir qui va raviver la strate négative et de fait va l'amener au désir de détruire et même de s'auto-détruire dans un comportement masochiste. Cela n'a rien à voir avec une pulsion provenant du noyau énergétique. Le réservoir énergétique ne fait pas la distinction entre la vie et la mort, le bien et le mal. Il « est » tout simplement en expansion. Ce qui est vrai c'est que lorsque les pulsions du noyau énergétique sont refoulées, le système neurovégétatif est bloqué sur le sympathique ; la contraction devient le mode de fonctionnement. L'unité psycho-corporelle n'est plus irriguée par l'énergie vitale, la strate négative prend le pas sur la pulsion de vie. L'être humain périclite et somatise. Il peut aller jusqu'à générer la maladie et s'autodétruire.

LA FONCTION DE L'ORGASME

Ce terme « orgasme » est toujours suspect et entaché d'une connotation péjorative. En fait, c'est la jouissance et le plaisir sexuel qui se trouvent concentrés dans ce terme, il est vrai un peu barbare.

Cet orgasme est pourtant la préoccupation première de milliards d'individus. Personne n'échappe au désir d'avoir un orgasme et bien des couples sont dans une quête obsessionnelle pour accéder, à ce qui devient un mythe, l'orgasme vaginal. Or l'on sait aujourd'hui que l'orgasme vaginal dépend de la sensibilité du clitoris, que l'innervation de celui-ci agit sur la paroi vaginale, et que c'est le frottement lors du coït de tout cet ensemble qui amène l'orgasme chez la femme. L'organe sexuel de la femme est identique à celui de l'homme, le clitoris c'est le gland et le corps caverneux c'est la verge. La quête du point G est révolue. Mais combien de couples se séparent parce que la femme n'a pas d'orgasme vaginal ! L'homme se sent blessé dans sa virilité de ne pouvoir amener sa femme au plaisir, elle se sent frustrée de ne pas ressentir ce que l'on devrait soit disant ressentir. Pourtant on y met de la bonne volonté, on voudrait bien construire ensemble, mais ce drame crée des tensions dues aux frustrations et les rancœurs vont engloutir le couple dans un naufrage affectif.

Chaque personne est responsable de sa propre jouissance. Il n'appartient ni à l'homme, ni à la femme d'être responsable de la jouissance de l'autre ; chacun doit

trouver chez l'autre sa complémentarité pour s'unir. C'est dans ce sens qu'il n'y a pas de tabou dans l'acte amoureux, tout est permis excepté la perversion de la douleur prônée par les tenants du sado-masochisme, car elle humilie l'être, et on ne peut asseoir l'amour dans l'humiliation de l'autre.

S. Freud soutenait que l'enfant était pervers polymorphe. L'adulte a refoulé sa spontanéité pulsionnelle. En amour, les êtres humains ont intérêt à retrouver cette spontanéité pour obtenir un plaisir orgastique. Les interdits culturels limitent cette spontanéité pulsionnelle. Or la limite s'arrête où la liberté de l'autre commence. C'est avant tout un problème de communication et « d'oser être ce que je suis », et non être conforme à ce que l'autre souhaite que je sois. Si c'est le cas, l'amour est voué à l'échec, car si « je n'existe plus » l'angoisse prendra le pas sur l'amour.

Ce n'est pas la manière dont on va faire l'amour qui est importante, c'est l'accomplissement harmonieux de l'acte qui nous laissera satisfait. L'un des facteurs d'échec en amour, c'est le manque de communication sexuelle. En effet il semblerait qu'il soit plus facile de dire sa haine que son amour, surtout lorsqu'il s'agit de dire les mots du plaisir sexuel. La non communication sexuelle détruit l'amour, car les « non dits » se transforment en rancœur et en rancune. Pourquoi est-il si difficile de signaler au ou à la partenaire les zones érogènes du corps, de dire ce que l'on souhaite sans retenue et fausse pudeur, pour atteindre la jouissance ? C'est bien parce que la jouissance est entachée d'opprobre et d'interdit. La libération sexuelle est un leurre si elle ne se traduit pas par une confiance en l'autre, confiance qui permet d'accéder à l'orgasme tant au niveau spirituel, émotionnel que sexuel. C'est la communication sur ces trois aspects qui permet l'acte

d'amour. Le blocage de cette communication est inhérent à la névrose. C'est la peur de l'autre qui empêche « le lâcher prise » pour soi-même et la volonté de contrôler les sensations. C'est la peur du plaisir, peur de perdre la tête, peur d'être dépendant de ce plaisir.

Cette peur de sensations incontrôlables ne permet pas d'accéder aux énergies yin ou yang. Or nous savons aujourd'hui que les ovaires et les testicules produisent des hormones d'œstrogènes et androgènes — hormones femelles et mâles- que les glandes surrénales les fabriquent également, et qu'œstrogènes et androgènes sont très voisins sur le plan chimique et dérivent du même métabolisme. On a découvert, avec une certaine stupeur, que sur le plan hormonal l'homme et la femme ne se distinguent que par le rapport entre ces hormones. Le sexe, ainsi défini à partir des taux hormonaux, se répartit en réalité selon un continuum qui va du plus mâle au plus femelle.

La bicatégorisation mâle-femelle n'a plus lieu d'exister avec l'apport de la pilule contraceptive libérant la femme de son unique rôle de reproductrice. Aujourd'hui la femme revendique à juste titre le droit au plaisir de son corps, mais elle reste prisonnière de la bicatégorisation et croit devoir correspondre à l'idée culturelle que l'on attend d'une femme. Il en va de même pour le mâle qui devra correspondre à l'idée culturelle que l'on attend d'un homme.

Je soutiens que cette non reconnaissance du yin en l'homme et du yang en la femme, est un des facteurs essentiels de la névrose. Plutôt que la bicatégorisation, j'essaie de faire comprendre et accepter la bisexualité qui est en chacun de nous. Admettre ce continuum qui va du plus mâle au plus femelle, c'est oser s'ouvrir à d'autres

sensations corporelles et psychoaffectives, c'est oser rechercher sa véritable complémentarité sans être obligé de tricher et de jouer un rôle. C'est entrer dans le « oser être ce que je suis »

Une autre forme de névrose surgit, lorsque la décharge de bioénergie est supérieure aux potentialités énergétiques. Cela se traduit par un état dépressif. L'individu a des pensées sombres, il pleure sans cause apparente. Il perd le goût de la vie et désire mourir. Il se morfond dans sa douleur et ne désire pas en sortir.

W. Reich démontre dans son livre « La Fonction de l'Orgasme » que, lorsqu'il y a inhibition de la sexualité et blocage bioénergétique, cela donne naissance à des stases transitoires et provoque une **névrose d'angoisse**. Tandis que lorsque l'inhibition est permanente, elle aboutit à une **névrose caractérielle**. Il ajoute (p. 126) à propos de l'angoisse de la mort :

« Le fait d'avoir peur de la mort et mourir sont identiques à l'angoisse orgastique inconsciente et que le prétendu instinct de mort, désir de dissolution, de néant, se ramène au désir inconscient de se libérer de la tension par l'orgasme. (puis p.131)... Chez l'homme, l'angoisse d'orgasme était souvent recouverte par la sensation de l'éjaculation. Par contre, les femmes la manifestent sous une forme très peu déguisée. Leurs peurs les plus fréquentes sont de se salir pendant l'excitation, d'émettre un vent ou d'uriner involontairement. Plus leur excitation vaginale était inhibée, plus les fantaisies non génitales prenaient possession de leurs orgasmes génitaux, plus forte était par conséquent l'angoisse d'orgasme. Ainsi l'instinct destructeur apparaît au service d'une volonté biologique primaire de vivre, quoique la libération de la souffrance soit toujours une expérience agréable ».

W. Reich démontre le processus de l'angoisse orgastique, prélude à la névrose d'angoisse. Seul le travail sur la dissolution des stases bioénergétiques peut rétablir la primauté de cette harmonie génitale. Cette harmonie tient dans une formule maintenant célèbre, celle de l'orgasme :

TENSION >>>>>>>>>>>>CHARGE
DECHARGE >>>>>>>>>>RELAXATION

La qualité de cet orgasme ne peut exister que s'il y a disparition des inhibitions sexuelles et des traumatismes qui en résultent. Cette qualité peut avoir lieu si l'ensemble des énergies psychiques, émotionnelles et sexuelles sont réunies.

En effet, ce n'est pas l'éjaculation qui fait l'orgasme, mais la charge de bioénergie au niveau du pelvis et d'une manière plus diffuse mais réelle au niveau de tout le corps. Cette charge s'obtient par des caresses amenant une excitation épidermique en particulier dans les zones érogènes, associée au désir mental du sujet. Au plaisir que représente l'autre. Donc c'est une charge centripète qui ne demande qu'à exploser. Une éjaculation sans une dimension globale, n'est pas un orgasme plein et entier, ce n'est que de la « baise ». Certes, celle-ci est parfois nécessaire lorsque l'individu ne peut réunir ces trois dimensions, ne serait-ce que pour réguler sa charge de bioénergie.

La différence entre les deux se mesure lors de la relaxation après l'orgasme. Dans le premier cas, la détente des muscles et la relaxation psycho-corporelle nous laissent émerveillés, la bioénergie se stabilise dans le corps au travers de soubresauts musculaires faisant ainsi durer le plaisir. Un sentiment de bien- être et d'amour

envers la ou le partenaire nous submerge. Dans le second cas, bien qu'ayant eu du plaisir au niveau du sexe, un sentiment de frustration apparaît nous laissant l'amertume d'une non plénitude.

Ce blocage ou accumulation de bioénergie (stase) peut donner lieu à des symptômes psychiques :

— fantasmes infantiles (combien d'hommes épousent leur mère, combien de femmes épousent leur père) ?

— phobies, comme la peur des serpents, des araignées etc...

— perte de mémoire. Ces trous de mémoire qui font perdre le fil des idées et provoquent la confusion.

— rites : avoir les mêmes gestes toujours aux mêmes instants, dans la crainte d'une punition.

— ruminations compulsives : penser toujours à la même chose entachée de souffrance, plongeant ainsi l'individu dans des fixations obsessionnelles.

Symptômes somatiques :

— impression de paralysie du diaphragme avec la sensation d'étouffement et de mort, provoquant une angoisse profonde.

— crises de tétanie qui sont un engorgement d'énergie et provoquent une sympathicotonie, c'est-à-dire une contraction totale de la cuirasse musculaire. Souvent l'angoisse de la crise à venir favorise son irruption.

— nervosité et précipitation qui entachent la communication avec autrui et génèrent les conflits. Irritabilité qui conduit l'agression.

— asthénie qui tend à rendre l'individu incapable de réagir aux événements.

— il peut se produire également des crises de spasmophilie, allant jusqu'à générer des symptômes de fausses crises d'épilepsie.

L'INFLUENCE PARENTALE DETERMINE LA PERSONNALITE

Lorsque l'enfant paraît, seulement 5 % de son cerveau est programmé, à la différence des animaux qui naissent avec un cerveau déjà programmé. Prenons l'exemple de la marche : le poulain naissant se mettra immédiatement debout ; en revanchele petit humain devra attendre l'harmonisation de ses perceptions spatiales pour se mettre debout et marcher. Cela sera d'ailleurs un apprentissage et non pas comme les animaux un instinct inné.

Donc lorsque l'enfant paraît, 95 % de son cerveau est vierge de toute programmation, d'où l'importance cruciale de l'éducation mise en place pour alimenter ce cerveau. On mesure ici la responsabilité parentale sur la transmission du contenu éducatif, tant sur la pédagogie que sur la qualité de ce contenu.

Nous pouvons donc dire que, de la période de gestation jusqu'à six ans, l'être humain se construit à travers une triple influence :

- par la programmation du cerveau visant l'apprentissage et son impact émotionnel.
- par les influences endogènes des pulsions vitales émanant du noyau énergétique.
- par les influences exogènes du Surmoi alimentant la strate négative.

Les chocs émotionnels de cette période dus aux frustrations, alimenteront le psychisme de l'enfant et créeront des bio scénarios, qu'il reproduira, une fois adulte, inconsciemment toute sa vie.

Le Surmoi est le résultat de l'influence parentale, elle-même tributaire du Biosocial qui la conditionne. Nous avons vu que l'enfant sera sous l'influence du Surmoi parental. C'est donc une influence remontant du fond des familles qui va servir à constituer le Surmoi de l'enfant. Il n'est pas rare d'ailleurs que la fille prenne le projet de vie de la mère. Si c'est une mère de devoir, sans démonstration affective, sans plaisir de la vie et sans jouissance sexuelle harmonieuse, la fille sera soit copie conforme de la mère, soit en réaction rebelle avec comme corollaire des outrances inversées.

L'influence parentale, quant à elle, est déterminée par l'influence socioculturelle dominante qui génère le biosocial. Je rappelle que le terme biosocial est d'origine émotionnelle et qu'il prend sa source dans les données socioculturelles.

Ce dysfonctionnement peut déjà prendre sa source lors de la conception, puis dans la gestation du fœtus et enfin sous l'influence parentale dans la prime enfance. Certes, les gènes transmis lors de la conception forment le noyau énergétique. Celui-ci porte les facteurs héréditaires, les pulsions de vie et de plaisir et sa strate négative. A partir de là, le fœtus va devenir tributaire de la mère tant en ce qui concerne l'alimentation, de l'énergie ou de la pulsation contraction-dilatation.

En effet, la période de gestation va prendre une importance primordiale car le fœtus va être sollicité et alimenté de stimuli extérieurs qui l'amèneront à réagir soit

dans le plaisir s'ils sont positifs, soit dans la souffrance s'ils sont négatifs. Les premiers alimenteront le noyau énergétique et son expression de la pulsion de plaisir et d'auto-conservation. Les seconds réactiveront la strate négative visant à étouffer l'expression du noyau.

De toute évidence, l'agressivité, le stress, la peur, la violence, amèneront le fœtus à se recroqueviller, à bloquer ses énergies dans un sursaut de défense ou à dissocier les émotions de ses sensations. Le fœtus ne sera plus unitaire. Dans ce cas, le nourrisson naîtra dans une contraction énergétique et musculaire, par conséquent rigide. En dissociant les émotions de ses sensations, il se forgera une cuirasse à tendance schizoïde. Nous comprenons donc l'importance de l'influence externe sur le fœtus, notamment si elle est traumatisante pour lui.

Néanmoins la mère peut durant la gestation, par l'amour qu'elle lui prodigue, réparer, atténuer, rassurer, réactiver le noyau énergétique. Puis lors de la naissance, parler avec douceur à son nourrisson, caresser son corps, le masser, l'embrasser. Le but est de réconcilier le nourrisson avec le monde extérieur et de l'ouvrir aux influences qui vont le construire.

Prenons pour exemple la naissance de l'enfant : depuis toujours, celle-ci est entachée de douleur, à tel point que cela est devenu un dogme : « Tu enfanteras dans la douleur » lit-on dans la bible. Il fallait punir la femme d'avoir osé prendre du plaisir dans l'accouplement. Combien de femmes, dans l'histoire de l'humanité, sont mortes pour obéir au dogme ? La femme considérée comme impure pour ses menstrues est tentatrice du plaisir et doit être châtiée, punie dans sa chair. Elle enfantera dans la douleur.

Dans toutes les cultures les femmes sont infériorisées, certes elles n'ont pas la force physique de l'homme, mais si elles l'inquiètent c'est qu'elles sont porteuses d'une richesse émotionnelle et d'une intuition créatrice qui le bouleversent et le fragilisent dans sa rigidité. Objet de plaisir, la femme suscite les sentiments d'amour qui viennent emprisonner le psychisme de l'homme jusqu'à devenir une fixation obsessionnelle de désir et de souffrance.

C'est cette association plaisir-souffrance que l'on retrouve durant l'enfantement. La femme est pleine d'amour pour ce bébé qu'elle sent bouger dans son ventre. Celui-ci est arrivé au terme de sa gestation, il veut sortir bien qu'il se sente en fusion charnelle avec ce ventre. Mais la pulsion d'auto-conservation du noyau énergétique le propulse vers la sortie. Cela se traduit chez la mère par des contractions de plus en plus rapprochées et douloureuses parce que depuis toujours la femme doit souffrir pour enfanter.

Nous connaissons aujourd'hui le facteur psychologique sur la douleur. La femme a été conditionnée pour souffrir lors de l'accouchement, appelé souvent délivrance. Lors de la mise au monde, elle finit par expulser celui qu'elle a tant aimé pendant neuf mois et qui aujourd'hui la fait tant souffrir. L'enfant paraît et le premier son qu'il entend c'est le cri de délivrance de sa mère. La première odeur est celle du sang. La première sensation sur la peau est la rudesse du linge qui le nettoie ou parfois même la tape sur les fesses pour qu'il crie, tenu par les pieds la tête en bas. C'est aussi la température froide de la pièce, bien loin des 37° dans lesquels il a vécu durant neuf mois. La lumière violente agresse ses yeux, dans lesquels on instille des gouttes.

Lorsque l'on sait l'importance des sens dans l'alimentation du noyau énergétique ou de la strate négative, on peut craindre pour ces cas de naissance un traumatisme certain pour ces nourrissons. Je pense que l'on peut entourer la naissance d'une atmosphère plus sereine, afin de permettre au nourrisson d'engranger des perceptions positives pour alimenter son noyau énergétique.

En effet, si la femme est conditionnée depuis toujours à souffrir lors de l'enfantement, on peut agir pour l'aider à supprimer la douleur car celle-ci n'est pas inéluctable. C'est toute une approche nouvelle du plaisir à mettre en évidence, d'abord déculpabiliser la femme du plaisir sexuel, puis lui faire espérer la naissance de son enfant comme un acte exceptionnel de plaisir.

Je me souviens avoir assisté à une conférence d'Eva REICH, la fille de Wilhelm, à Aix en Provence. Il s'agissait d'une conférence sur la naissance. Ce qui m'a frappé ce fut le témoignage d'une jeune et très jolie maman. Elle témoignait sur la naissance de son petit garçon, ce fut pour elle le plus important orgasme de plaisir qu'elle ait jamais eu. Il émanait de cette personne une aura particulière qui forçait l'admiration, surtout lorsqu'elle a avoué avoir mangé le placenta, après l'avoir lavé bien sûr, dit-elle, avec un très beau sourire. Son but était d'ingérer le placenta pour bénéficier des substances immunitaires qu'il contient et les transmettre à son enfant par l 'allaitement.

Une autre histoire qui en dit long sur l'univers spirituel des nouveaux accoucheurs que sont les shamans russes, est celle de Katia. Elle raconte la façon dont les falaises de Sudak sont devenues un lieu d'accouchement privilégié, sur les rives de la mer noire. Katia a passé son dernier

mois de grossesse à Sudak, à une centaine de kilomètres au nord de Yalta. Seule, face à la mer, elle a médité des heures entières au sommet de la falaise. Son compagnon récitait ses *mantras*. Début juillet, quand le terme fut proche, ils ont installé une tente au pied des rochers. Les contractions ont démarré à l'aube. Katia a passé les premières heures sous la tente. Quand la dilatation du col a été complète et qu'elle s'est sentie prête, aidée par son compagnon, Katia s'est avancée dans l'eau jusqu'à la taille.

A l'aide de rochers, ils avaient préparé, les jours précédents, une sorte de siège, qu'ils ont recouvert alors d'un épais tapis d'algues. Katia s'est étendue à demi, les mains agrippées au bras de son compagnon. Au fur et à mesure que les contractions se faisaient sentir, l'exaltation devenait de plus en plus forte. A l'idée de ce qu'elle était en train d'accomplir, elle s'est mise spontanément à prier. L'eau lui a semblé alors plus tiède. Le soleil est apparu à l'horizon et Katia n'a ressenti plus aucune douleur. La tête rejetée en arrière, elle a plongé dans le bleu du ciel. Une extase a fait trembler tout son corps et la petite Eya est née, ses yeux bleus narquois immédiatement grand ouverts dans la mer. Quelques heures après, deux dauphins firent leur apparition à vingt mètres du rivage. Le compagnon de Katia, hilare, brandit sa fille à bout de bras dans leur direction, persuadé que c'était un signe des dieux. Un rituel pourtant aussi ancien que l'humanité.

Au lieu de se débarrasser du placenta dans la poubelle d'une clinique (qui le vendra à des fabricants de cosmétiques à prix fort, car ces tissus sont d'une richesse irremplaçable), ils traitent avec grand respect ce qui a été la maison de l'enfant, issu du même œuf que lui. C'est la racine du lotus. Entre les deux, la tige, peu à peu cessera

de battre. Déployée dans l'eau, la racine racontera les neuf mois de la vie de l'enfant avant d'être ingérée par la mère.

Plus tard, Katia a eu encore deux enfants. Le premier est reçu dans une baignoire, à Moscou. Le second dans la méditerranée, au large de la Corse. Cette fois, Katia s'est débrouillée seule, nageant loin de son compagnon, dans les eaux où elle n'avait plus pied, se laissant couler chaque fois qu'arrivait une nouvelle contraction. Pure folie ! penseront les gens raisonnables. Folie sans doute de croire qu'une telle expérience pourrait être imitée par n'importe quelle amoureuse de la nature. Mais Katia a mis sa vie entière au service de cet art.

C 'est bien une autre approche qu'il s'agit de mettre en œuvre. D'abord une préparation qui se fait de plus en plus avec le conjoint. Le but est de créer d'une part un impact psychologique positif de la naissance et d'autre part à l'aide de techniques comme l'auto-hypnose ou même l'hypnose, de délivrer de l'angoisse de souffrance et placer la parturiente dans une notion de plaisir. Ne pas accepter la souffrance, même si pour cela on a recours à la péridurale. Ce qui est important c'est que l'enfant naisse dans la sérénité, comme le préconise le professeur Leboyer, dans une lumière douce, à mezza voce, même avec la musique que le fœtus avait l'habitude d'écouter.

L'enfant est reçu dans une baignoire d'eau à température du corps, puis on le place sur le ventre de sa mère avant de couper le cordon ombilical. Le toucher de la mère est extrêmement important pour l'enfant : il est reconnu, accepté, aimé. Son noyau énergétique est alimenté et renferme de ce fait sa pulsion de vie.

La pulsion d'auto-conservation provenant du noyau énergétique sera très puissante à la naissance du

nourrisson. Elle l'amènera à rechercher instinctivement à se nourrir au sein maternel. Il sait qu'il trouvera là non seulement la nourriture nécessaire à son corps, mais également l'énergie vitale que la mère lui transmettra à travers le plaisir d'allaiter. Cette énergie est nécessaire pour le nourrisson. En effet il sort du liquide amniotique dans lequel il était, non seulement nourri, mais où il bénéficiait de l'énergie maternelle qui alimentait son noyau énergétique. Il a besoin en naissant, de retrouver ces repères énergétiques.

On comprendra que pour éviter la frustration orale, ce n'est pas seulement le lait maternel qui est en cause, mais aussi cette énergie particulière d'amour, de calme et de sérénité qui fait de l'allaitement un acte fusionnel. La succion du mamelon est fondamentale pour l'équilibre du nourrisson, le plaisir qu'il en retire est similaire à celui d'un orgasme à la seule différence qu'au lieu de décharger l'énergie, il se recharge dans un très grand plaisir. Il en résulte un sourire béat de satisfaction et les yeux se révulsent avant le sommeil réparateur. Le nourrisson vit fondamentalement la pulsion du principe de plaisir.

Nous avons vu que l'impact des influences émotionnelles, de la gestation jusqu'à environ six ans, est déterminant dans la construction de l'être en devenir. Ensuite, l'être humain ne fait que reproduire l'impact émotionnel de cette période tout au long de sa vie. Il se mettra inconsciemment dans des situations analogues de frustration et de souffrance. Les événements de la vie seront les facteurs déclenchant de ces scénarios. C'est pourquoi, un événement dérisoire, une parole, un geste, un comportement, provoquent chez nous une réaction émotionnelle sans commune mesure avec l'événement. Celui-ci a réactivé un scénario mémorisé initialement,

« c'est la goutte qui fait déborder le vase et qui nous fera réagir violemment ».

L'agressivité est nécessaire à la vie. C'est l'affirmation du Moi dans le sens d'une manifestation positive. L'agressivité au sens étymologique, c'est-à-dire « s'approcher de » est la manifestation vivante de la musculature, son système de motion et de locomotion. Le but de l'agressivité est toujours de faciliter la satisfaction d'un besoin vital. L'agressivité chez l'enfant va conduire celui-ci à non seulement subir une frustration de son besoin vital, mais aussi à se soumettre passivement à la violence de la répression. Nous retrouverons le lien de ce bioscénario initial avec la violence réactionnelle de l'adulte dans la vie quotidienne, tant envers les autres qu'envers lui-même.

L'un des buts de PSYcore thérapie est de chercher ce scénario initial que j'appellerai bioscénario, — le scénario ayant provoqué la souffrance — de le comprendre et de le cicatriser. C'est comme l'archéologue qui cherche les différentes strates d'une civilisation perdue, il va gratter les couches supérieures avec délicatesse et soin pour ne pas abîmer les traces de la civilisation et enfin arriver à l'objet de ses recherches.

La recherche des causes et des effets s'appelle « Etiologie ». Le plaisir et la joie de vivre sont inconcevables sans luttes, sans expériences douloureuses et sans conflits désagréables. La vitalité du noyau énergétique se traduit dans sa pulsation : événements pénibles de la vie, luttes, conflits, frustrations = contraction. L'amour, la réussite, les sentiments positifs, le beau, le bien-être = expansion.

Le bonheur linéaire n'existe pas et la santé qui traduit une harmonie se trouve dans cette alternance. Le problème c'est d'avoir la capacité énergétique de faire face aux difficultés. Si l'être humain est prisonnier de scénarios infantiles trop forts, il risque d'être fixé et bloqué aux stades frustrants et même aller vers une régression. Les stases provoquées par ces traumatismes l'empêcheront de dépenser l'énergie nécessaire pour faire face à la vie. Il risque de sombrer dans une névrose, voire une psychose.

Pour agir plus efficacement dans la compréhension, il me semble intéressant d'aborder la thérapie sur un plan chronologique. Je prendrai pour ce faire la topique freudienne adoptée par W. Reich, qui a pour mérite de nous amener à l'identité sexuelle de la personne.

L'IDENTITE SEXUELLE ETAYE LA PERSONNALITE

Nous savons désormais que le fondement du MOI se construit à travers certains plaisirs ou frustrations qui engendrent les pulsations énergétiques. Les causes de ces pulsations s'impriment dès l'état fœtal dans notre psyché tandis que la mémoire cellulaire de notre corps gardera la trace des émotions et des mouvements énergétiques qu'elles provoquent.

A partir de trois mois environ, le fœtus ressent et réagit au plaisir et au déplaisir. Il n'est pas rare lors d'une échographie d'observer l'érection du pénis chez un fœtus mâle. Il est important de retenir que l'érection du clitoris chez le fœtus femelle a lieu, bien que non observable à l'échographie. En effet l'organe sexuel féminin est le pendant de l'organe sexuel masculin. Sa particularité est que le clitoris, siège du plaisir similaire au gland du pénis de l'homme, est séparé du corps caverneux qui se trouve à la base du vagin, tandis que chez l'homme le corps caverneux forme la dimension de la verge. Donc le terme érection convient aussi bien pour le sexe masculin que féminin, la seule différence est que l'érection féminine n'est pas visible au premier abord. Donc les sensations de plaisir et de déplaisir sont enregistrées par le fœtus et au moment de sa naissance le bébé est déjà porteur d'une histoire personnelle.

Le stade oral, qui est la période de l'allaitement, est aussi une source de plaisir. Le regard porté sur le

nourrisson, le contact avec le sein maternel, l'amour et la sensualité de la mère forment une bioénergie indispensable à la construction identitaire de l'enfant. La frustration de ce plaisir aura des conséquences importantes sur la formation du Moi. Dans la phase du sevrage, s'il y a rupture brutale avec le sein de la mère, une frustration orale apparaîtra, car le nourrisson s'identifie au sein, il est objet du corps de la mère et non pas sujet.

Le **stade anal** se situe aux alentours de deux ans. C'est la période où l'enfant prend conscience de la maîtrise de ses sphincters. Jusqu'alors ses fèces étaient une partie de lui-même, de son énergie, il n'est pas rare de voir l'enfant jouer avec son caca. La découverte du plaisir s'accompagne de la contrepartie qu'est la prise de conscience de la perte des fèces et de l'urine génératrice d'angoisse. Il semble que l'acquisition du contrôle sphinctérien précipite l'éveil des organes génitaux annonçant ainsi la survenue de la **phase génitale précoce.** On comprend en effet que ce contrôle influence les rapports entre dedans et dehors à la faveur d'une érogénéité accrue des organes génitaux dans le plaisir de l'excrétion. Que ce métabolisme touche à la différence soi/objet implique qu'entre les objets corporels — urine, fèces — et les objets liés à la mère existe une correspondance étroite. Cette source maternelle d'excitation est bientôt remplacée par un auto-érotisme donnant naissance à la quête de techniques d'autosatisfaction.

Dès la phase génitale précoce les organes génitaux font l'objet d'un fort investissement narcissique. Ainsi si l'enfant rencontre des difficultés dans la construction de son intégration corporelle ou si la relation mère-enfant n'a pas permis une stabilité suffisante, des réactions de

castration particulièrement vive marqueront la suite de l'évolution psychosexuelle.

L'apprentissage de la propreté ne doit pas être fait au détriment du plaisir qu'il éprouve. Chaque enfant a son rythme d'évolution et il est important d'en tenir compte. Mais souvent la mère travaillant, il est nécessaire que l'enfant soit propre pour qu'il soit accepté à la crèche et de ce fait on accélère le processus de la propreté, c'est à dire l'apprentissage de la maîtrise des sphincters. Celui-ci se fera soit par manipulation affective, soit par la violence, de toute façon il en résulte un traumatisme chez l'enfant, traumatisme qui modifiera son identité sexuelle et affaiblira le Moi.

Or l'enfant a la capacité de choisir le temps de la maîtrise de ses sphincters, elle se fait selon son rythme biologique, et comme chaque être a un rythme différent il y a traumatisme lorsque l'on veut passer outre.

Le stade génital se trouve aux alentours de trois ans. C'est la prise de conscience par l'enfant de son sexe et du sexe opposé.

LE COMPLEXE DE CASTRATION.

Les peurs de la castration peuvent apparaître dès le stade oral, si la mère refuse que le nourrisson puisse considérer son sein comme objet indissociable de son corps. Une trop grande coupure lors du sevrage peut laisser des traces de castration. Puis au stade anal, avec la naissance d'une génitalité précoce, la non réassurance affective lors de la séparation du soi/objet peut entraîner une peur de castration. Toutes ces peurs prégénitales peuvent provenir de diverses craintes, comme d'être dévoré par le père ou de voir le contenu des intestins volé. En fait l'angoisse de la castration résulte d'une succession de peurs qui évoluera lors de la phase génitale.

Le complexe de castration a des répercussions aussi bien chez la fille que chez le garçon. Au départ, filles et garçons pratiquent un déni général de la différence des sexes avec déplacement de l'intérêt sur les seins de la mère. Les différences apparaissent après : les filles voient alors un retour de leurs angoisses de perte d'objet, alors que celles-ci s'étaient apaisées. Cependant cette régression peut conduire à un développement fantasmatique plus développé que chez les garçons. Les filles se révèlent plus atteintes que les garçons par la perception du sexe opposé.

La régression orale et anale est plus marquée que chez les garçons. L'orientation vers le père peut se faire si l'évolution est satisfaisante. Dans le cas contraire on constate un accroissement d'une dépendance hostile à la mère.

Les causes du complexe de castration sont multiples. Certaines résultent de menaces de la part des adultes. D'autres prennent naissance à la suite d'expériences qui la symbolisent : opération des amygdales, de l'appendicite ou de spectacles comme la décapitation de volaille. Il y a ensuite les projections de l'enfant sur des adultes, masculins ou féminins, jugés hostiles ou menaçants. Dans certain cas, c'est la culpabilité masturbatoire d'où la peur du châtiment, la conviction d'avoir une verge trop petite, le désir de castration par soumission au père et le désir d'être aimé par lui, évitant ainsi la rivalité œdipienne. Pour la petite fille l'impression d'une blessure faite là où devrait être un pénis.

La différenciation des sexes ne veut pas dire chez la petite fille « pas de sexe », mais il est vrai qu'il n'est pas visible comme celui du petit garçon. L'éducation doit permettre à l'enfant de se rassurer et au petit garçon de ne pas avoir peur qu'« on la lui coupe ». Autour de cette visibilité se créent des peurs profondes qui peuvent amener un complexe de castration, surtout si l'enfant n'est pas valorisé dans son sexe biologique et psychologique. Cette valorisation se fait à travers le phénomène d'identification que S. Freud a appelé le complexe d'Oedipe.

LE COMPLEXE D'OEDIPE.

Le mythe et le fantasme œdipien ont été mis en évidence, il y a vingt cinq siècles par Sophocle dans la tragédie Œdipe roi. (8) « Depuis vingt ans, Thèbes est gouvernée par un bon roi, aimé de son peuple. Il s'appelle Œdipe. Deux fils et deux filles lui sont nés de Jocaste, la femme qu'il aime. Mais voici que les malheurs s'abattent sur Thèbes. L'oracle consulté déclare que ces malheurs cesseront si l'on trouve et punit le meurtrier de Laïos, premier mari de Jocaste. Œdipe jure de découvrir la vérité. Il s'acharne à découvrir cette vérité, aveugle à tous les indices qui cependant, pour reprendre une métaphore, « lui crèvent les yeux » ; lorsque enfin cette vérité éclate, c'est au sens propre que, s'infligeant une horrible punition, il se crève les yeux. La vérité, c'est qu'Oedipe a autrefois tué Laïos, passant anonyme rencontré au hasard des chemins, avec qui il s'était pris de querelle. D'autre part, alors qu'il se croyait fils de Polybe et de Mérope, souverain de Corinthe, il est en fait le fils de Laïos et de Jocaste. Il a tué son père et épousé sa mère. Ainsi, croyant le fuir, a t-il réalisé l'oracle qui, dès sa naissance, avait prédit ce destin... La machine infernale amorcée par les dieux a fonctionné. Au contraire d'Œdipe qui reste aveugle inconsciemment aux indices qui l'accusent, Jocaste, forte de son intuition féminine tente de l'en détourner :

« Le mieux est de vivre au hasard, comme on peut.
Et ne sois pas en crainte d'épouser ta mère ;
Bien des humains ont déjà rêvé

Qu'ils s'unissent à leur mère. N'en pas tenir compte rend la vie plus facile à porter. »
(Œdipe roi, vers 981-983)

Deux hommes connaissent la vérité et refusent de la dire; sachant quelles catastrophes déclencherait sa révélation. Le premier c'est Tirésias, le devin aveugle ; il la sait, les yeux tournés vers l'intérieur qui déchiffrent l'inconscient. Cela s'appelle chez Sophocle la volonté des dieux.

Le second, c'est le berger, celui qui jadis, sur les ordres d'un Laïos soucieux de déjouer l'oracle, emporta le bébé sur le Cithéron pour le pendre par ses pieds percés à une branche d'arbre, afin que les loups le dévorent ; il n'a pu s'y résoudre et l'a donné à un passant, lequel l'a apporté à Polybe et Mérobe.

Ainsi, la vérité qu'Œdipe s'efforce de ne pas voir, c'est à la fois la vérité historique, celle des événements, dont peut témoigner le berger, et la vérité divinatoire de Tirésias. Il refuse délibérément la méconnaissance que lui suggère Jocaste ; mais, tout à sa recherche passionnée d'un coupable qui ne soit pas lui-même, il est livré à ses propres mécanismes inconscients de méconnaissances.

Ainsi vingt-cinq siècles avant Freud, Sophocle a-t-il magnifiquement décrit les effets du refoulement et les résistances qui peuvent s'opposer à la mise à jour d'un drame inconscient.

Freud dans « L'Interprétation des Rêves », se pose la question : « Pourquoi ce drame nous émeut-il toujours autant ? Il faut qu'il y ait en nous une voix qui nous fasse reconnaître la puissance contraignante de la destinée dans Œdipe, sa destinée nous émeut parce que nous avons tous

senti à l'égard de notre mère notre première impulsion sexuelle, à l'égard de notre père notre première haine ; nos rêves en témoignent. Œdipe qui tue son père et épouse sa mère ne fait qu'accomplir un des désirs de notre enfance (...). Le poète en dévoilant la faute d'Œdipe, nous oblige à regarder en nous mêmes. »

Aux alentours de cinq ou six ans, l'enfant va vivre ce complexe d'Œdipe. Il servira à l'étayage de sa personnalité. En effet, dans le triangle que forment le père, la mère et l'enfant, l'enfant va désirer le parent du sexe opposé et s'identifier au parent du même sexe. Cette identification est nécessaire à la construction de l'identité psycho-sexuelle de l'enfant. Mais rarement le complexe d'Oedipe se réalise dans l'harmonie. W. Reich soutient que l'enfant va s'identifier au parent le plus frustrant. Je rejoins ce point de vue car ce sont les frustrations et les souffrances qu'elles engendrent qui vont prendre émotionnellement le pas sur le principe de plaisir. La strate négative du noyau énergétique sera réactivée au détriment de celui-ci.

Imaginons une petite fille dans son désir normal envers son papa. Ce dernier est absent ou n'accorde que peu d'importance à l'enfant. Il devient le parent frustrant dans lequel cette petite fille va s'identifier. S'identifier à son père c'est se placer en porteur de phallus. L'identité sexuelle de l'enfant sera celle d'un garçon manqué avec les conséquences sexuelles qui en résultent.

Prenons encore l'exemple d'un petit garçon ayant une mère très autoritaire qui doit faire face aux besoins quotidiens, le père étant absent. L'enfant n'aura pas l'amour escompté de sa mère, il lui sera soumis. De plus il n'aura pas ce père dans lequel il aurait pu s'identifier. Le résultat probable est que cet enfant devienne passif-

féminin. En effet, il va s'identifier à la mère faute de référence masculine et de plus sera soumis face à l'autorité maternelle. Plusieurs scénarios sont possibles à partir du triangle œdipien, tout dépendra du degré de frustration et de plaisir qui influencera soit la strate négative, soit le noyau énergétique. Aujourd'hui des voix s'élèvent pour contester l'influence de l'identification œdipienne car de plus en plus la famille se réduit à l'état monoparentale, ou se construit sur un mode homosexuel. Dans un cas comme dans l'autre il me semble important de permettre à l'enfant de pouvoir s'investir sur un substitut du sexe opposé, soit à travers d'autres membres de la famille, soit à travers d'amis ou enseignants. L'enfant a besoin pour sa construction identitaire d'une figure parentale du sexe opposé.

Phase de latence : se dit de la période de sept ans jusqu'à la puberté. Durant cette période l'énergie de la libido servira à construire l'être sexuel en devenir pour parvenir jusqu'à la puberté.

La puberté est une véritable révolution psychocorporelle pour l'adolescent, elle se situe suivant la maturité de l'enfant entre onze et quatorze ans. Le premier bouleversement est hormonal, ce sont les premières éjaculations pour le garçon et les règles pour les filles. C'est la non distinction sexuelle dans un premier temps. Puis c'est l'apparition du système pileux et de la voix qui mue pour le garçon.

C'est l'âge des souffrances, car on désire plaire et l'on a un visage boutonneux ; les pulsions de la libido poussent l'enfant à assouvir ses désirs, mais les interdits culturels l'en empêchent. La masturbation est plus ou moins bien vécue suivant le milieu environnant. C'est l'âge aussi où les adultes demandent de redoubler d'efforts scolaires, où

l'on quitte le monde de l'enfance pour appréhender le monde des adultes qui nous semble si étranger et dangereux.

Puis vient le temps de **l'adolescence.** Cette période de l'évolution de l'être est la plus bouleversante, car c'est la montée en puissance de la libido, tant sur le plan biologique, que sur le plan bioénergétique et psychologique. Face à cette montée de désirs et ce besoin de décharge, l'adolescent trouvera dans la masturbation le moyen d'équilibrer ce bouleversement. Sur le plan psychologique, il sera dans l'anxiété de la première expérience sexuelle et transcendera ses désirs dans unamour idéal.

L'élan amoureux juvénile possède la puissance d'une véritable éruption. Avec toutes les illusions de la jeunesse, sans responsabilités sociales, l'adolescent ressent un sentiment radical, absolu, inébranlable, romantique. Les premières amours possèdent un charme unique que l'âge adulte ne comprend pas toujours.

A la sortie de l'enfance, la plupart des adolescents rêvent d'une existence sentimentale qu'ils n'osent pas encore vivre. C'est l'âge où, plutôt que de risquer le dédain d'une personne réelle, on projette son affectivité sur une vedette du sport, de la chanson, du cinéma etc...

On est amoureux d'un idéal mythifié, dont on n'attend rien d'autre en fait que l'exaltation que procure l'état amoureux. En demeurant hors de portée, l'idole se pare de toutes les qualités que l'imagination juvénile se plaît à lui prêter, et son image magnifiée par les fantasmes, resplendit de toutes les perfections. Après le temps des affabulations viennent les aventures tangibles encore toutes imprégnées des rêveries des années précédentes.

Plein de fougue et d'illusions, l'adolescent commence à sortir de sa bulle et tente d'établir avec l'autre une relation conforme à l'image qu'il se fait de l'amour. Comme l'idole jadis, le (ou la) premier(e) partenaire garde encore une auréole qui l'empêche d'être entièrement humain. Il est l'Autre, le Seul, l'Unique, l'incarnation de l'amour romantique à qui, dans un élan de générosité, on s'offre tout entier. On n'est pas sérieux quand on a dix-sept ans, mais en même temps, on est très sérieux, et on éprouve un impérieux besoin d'être pris au sérieux. Et l'on aurait bien tort de prendre à la légère les grandes passions de la jeunesse, car elles sont vécues avec autant de sincérité que d'intensité.
Le fait qu'elles s'éteignent généralement aussi rapidement qu'elles se sont allumées n'enlève rien à leur saveur qui, d'exquise, tournent souvent à l'amertume et à la souffrance excessive. Quoi qu'il en soit les premières déceptions comme les premières amours font partie de l'évolution normale d'un individu vers la maturité affective. Aussi douloureuses soient-elles, elles font partie des multiples prises de conscience à travers lesquelles un être humain parvient à trouver un équilibre entre l'enfant tyran égoïste et égocentrique et l'altruisme d'Eros prenant en compte la valeur de l'autre. Entre rêve et réalité.

On se rend compte peu à peu que nul n'est parfait en ce bas monde, pas plus soi-même que les autres, que l'amour qui se contente d'être ne peut pas devenir, mais qu'il peut devenir un ami lorsqu'il cesse d'être tyran. Inévitablement, logiquement, les premières déceptions arrivent, et c'est ainsi que peu à peu on range au vestiaire les auréoles encombrantes, les idées toutes faites et les amours unilatéralement programmées, pour s'ouvrir véritablement à la vie.

Les exaltations émotionnelles que procurent les passions juvéniles sont si puissantes que l'adulte cherchera dans sa vie amoureuse à les reproduire inconsciemment, même s'il sait que c'est une illusion.

Cette quête de fusion avec l'autre que représente la passion, est teintée de névrose sado-masochiste. On perd son identité pour fusionner avec l'autre. C'est la possession de l'autre, c'est l'illusion de renouer avec la sensation fœtale. Pour cette quête on est prêt à vivre les plus grands tourments. Le mal d'amour est une souffrance extrême qui peut conduire, l'être fragile comme l'est un adolescent, jusqu'au suicide.

Ne pouvant pas vivre réellement sa sexualité, l'adolescent va la sublimer dans le romantisme, c'est-à-dire dans l'identification d'un héros, d'un groupe, d'une idée, et dans les sentiments amoureux. Il a un besoin vital d'appartenance et est tout à fait prêt à se percer le nez ou les lèvres, à se teindre les cheveux etc. Le clan, devient avec ses rites particuliers, ses modes vestimentaires, le plus important pour lui. Il se sent reconnu et accepté par ceux qui lui correspondent. Ce sont ses repères vitaux qui, s'ils ne sont pas contrebalancés par l'affectif familial, risquent de le déstructurer, car ils freinent son évolution vers l'état adulte.

L'adolescent d'aujourd'hui vit l'initiation de passage entre l'enfance et l'adulte d'une manière désespérée, car il n'a plus de repères et de système de valeurs qui le motivent. Des milliers de tentatives de suicide chez les moins de 25 ans prouvent la désespérance de la jeunesse.

Que faire ? Réinventer des systèmes de valeurs dans lesquels les jeunes se retrouvent ? Mettre en place une initiation de passage entre le monde de l'enfance et le

monde adulte ? Certaines tribus africaines ou amazoniennes créent la cohésion de leur groupe grâce à une initiation de passage. L'initié sortant de cette initiation vit quasiment une renaissance et une reconnaissance de tout le groupe, de son état d'adulte.

S. Freud écrit dans son « Abrégé de Psychanalyse » : (9)

« L'organisation ne se parachève qu'à la puberté, dans une quatrième phase. Voici comment se passent alors les choses :

1°) de nombreux investissements anciens de la libido persistent. 2°) d'autres s'intègrent dans la fonction sexuelle pour constituer des actes auxiliaires ou préparatoires dont la satisfaction produit ce qu'on appelle le plaisir préliminaire.

3°) d'autres tendances se trouvent éliminées, soit par la répression totale (refoulement), soit en étant utilisées de façon différente, dans le Moi : elles forment des traits de caractère ou subissent une sublimation avec le déplacement du but ».

On peut constater en effet que cette phase est très importante dans la mesure où elle va soit accentuer les frustrations de la prime enfance, soit les refouler ou les sublimer.

C'est à la puberté qu'apparaît la masturbation. Durant des siècles l'église a condamné l'acte masturbatoire, traumatisant ainsi des générations d'individus. Non seulement la masturbation fait partie des jeux préliminaires à la fonction de l'orgasme, mais je pense qu'elle est essentielle à la formation du Moi. Savoir se donner une autosatisfaction sans culpabilité, c'est apprendre à s'aimer. Cette reconnaissance de soi est indispensable pour pouvoir aimer l'autre. La masturbation

renforce le narcissisme primaire nécessaire à la construction du Moi.

L'éducation, encore aujourd'hui, entache la masturbation de culpabilité, tout au moins de condamnation chez l'enfant. Or plus celui-ci partira à la découverte de son corps et de ses potentialités de plaisir, plus il sera à même à l'état adulte d'assumer d'une manière satisfaisante la jouissance de l'orgasme. Le système de charge et de décharge énergétique génère l'auto régulation individuelle sur le nombre d'orgasmes nécessaires au bien être.

Néanmoins il existe des masturbations compulsives, ce sont les multiplications d'actes masturbatoires (avec ou sans éjaculation), qui n'amènent pas de décharge orgastique. Ces masturbations névrotiques masquent l'angoisse de la fonction de l'orgasme. Un des conflits majeurs qui apparaît lors de mes consultations c'est la difficulté d'acceptation de la partie yin en soi pour les garçons et la partie yang en soi pour les filles. Mais ce sont surtout les garçons qui vivent mal leur côté féminin. Que d'énergie dépensée pour refouler au plus profond de soi ce côté yin sans que cela influe sur l'identité sexuelle.

Il est vrai que l'on naît fille mais que l'on devient garçon. Et le garçon doit être le guerrier dénué d'émotion, au phallus en érection prêt à assurer sa fonction de pourfendeur. Et bien non ! le garçon aujourd'hui n'est plus celui là. C'est un être qui n'a plus la prépondérance sociale, et même souvent la compétition sociale est en faveur des femmes plus compétentes. Il n'a plus le rôle du guerrier, les femmes sont capables de se défendre ; il n'est plus le seul producteur, les femmes assument leur rôle avec autant de brio. Donc il n'a plus la position dominante du conquérant et néanmoins on attend de lui qu'il le soit.

Souvent j'ai entendu des femmes se plaindre du manque de virilité de l'homme. Psychologiquement pour que l'homme soit en érection il faut qu'il soit dans le désir. Peut-il désirer une femme qui le domine ? Son désir ne naîtra que s'il a l'opportunité d'être le conquérant.

Pendant des siècles les femmes ont été maltraitées à tous les points de vue. Qu'elles prennent leur place aujourd'hui me semble justice. Mais la psychologie amoureuse n'entre pas dans ces considérations, si les femmes ne laissent pas la place à l'affirmation de l'homme dans la vie amoureuse, elles perdront le profit de la virilité de l'homme. Donc l'homme aujourd'hui ressent son yin, c'est-à-dire les émotions, l'intuition, la tendresse, l'affectif. Il le ressent mais ne peut pas le vivre de peur d'être targué d'homosexuel. Il va renforcer le masque de son ego et refouler ses désirs. Apparaît dès lors une névrose qui le traumatise. Beaucoup trouveront dans l'homosexualité matière à satisfaction, mais souvent ils vivront cet état avec culpabilité.

Je plaide ici pour une homosexualité ouverte, responsable, dans la mesure où elle est vécue dans l'harmonie psychoaffective. Ce n'est pas la manière dont on atteint l'orgasme qui est importante, c'est la qualité d'échange et de décharge orgastique qui prime pour être heureux.

Chacun de nous est dans cette problématique, que l'on soit femme ou homme. L'harmonie ne serait-elle pas dans une bisexualité déjà annoncée par Freud. L'unité bioénergétique ne serait–elle pas à ce prix ? Bien entendu nous pouvons sublimer cette partie yin ou yang, nous pouvons la sublimer dans la création, dans le domaine artistique etc. mais je crains fort que ce soit au détriment

du « oser être ce que je suis » c'est à dire au prix de refoulements amenant des souffrances.

La complémentarité de notre yin ou yang dépasse le cloisonnement sexuel. Elle se trouve chez l'autre quel que soit le sexe. Et puis soyons clair, est-ce que l'être humain peut se contenter toute une vie d'un seul objet de désir, sans ressentir de souffrances dues aux frustrations. ?

LE CULTE DE L'INDIVIDUALISTE.

Notre culture fabrique aujourd'hui l'individualisme. En effet il n'est pas rare que l'enfant tyran qui est en nous prédomine et fasse abstraction du partage et de l'amour de l'autre. Combien d'hommes épousent une femme ayant les caractéristiques de la mère. Ils confondent le rôle d'enfant tyran, aimé par la mère, avec celui d'adulte ayant les capacités d'amour de la femme. A l'inverse combien de femmes épousent un homme ayant les caractéristiques du père, inconsciemment elles prolongent la projection œdipienne envers l'homme. C'est la petite fille désirant le père.

C'est à la naissance du premier enfant que se décèle le drame. La mère fusionnera avec son enfant, alors que le père se sentira exclu et incapable d'admettre qu'il perd la première place affective. Il ira, de ce fait voir ailleurs, chercher un amour exclusif, en vain d'ailleurs, car il reproduira le même scénario égocentrique.

La plupart des divorces arrivent après la naissance du premier enfant.

La construction de « notre enfant tyran » se fait de la naissance jusqu'à la période œdipienne. L'enfant n'a pas de limites dans son exigence d'amour et de plaisir. Tout doit tourner autour de sa personne. L'illustration la plus commune de ce fait se rencontre lorsque des parents discutent entre adultes. L'enfant fera tout pour attirer l'attention sur lui, en poussant des cris ou en faisant des bêtises. Il préfèrera une punition plutôt que de ne pas être

le centre de l'attention, car le punir c'est le prendre en considération. L'égocentrisme est souvent alimenté par l'amour de la mère ou des grands-parents. La naissance d'un second enfant risque d'accentuer cette problématique, si l'on ne le prépare pas à la venue d'un autre bébé. L'enfant roi est détrôné et souffre de ne plus être l'uniqueet est affreusement jaloux.

Le système d'éducation devra prendre en compte cette souffrance en rassurant l'enfant sur l'amour qu'on lui porte, mais aussi en mettant des limites à ses exigences. Mettre des limites et savoir dire non à un enfant, c'est lui faire comprendre qu'effectivement il n'est pas seul et que les autres sont aussi importants. Apprendre le partage, ça n'est pas être en danger de manque, mais au contraire, c'est s'ouvrir vers la construction d'un lien avec l'autre.

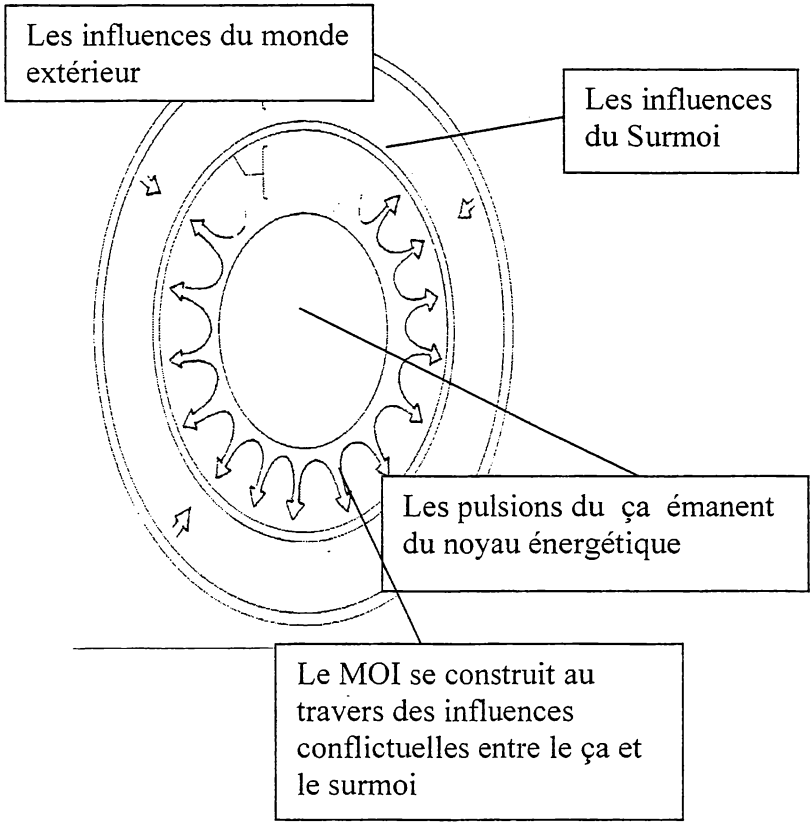
Le partage signifie un échange d'énergie. Or la peur profonde chez l'être humain, c'est l'économie de cette énergie vitale. Au niveau énergétique, le combat a commencé il y a des millénaires. La crainte de manquer d'énergie ou de la stocker pour avoir une pouvoir, a poussé notre espèce à toutes les conquêtes, à toutes les atrocités. Sur le plan individuel, ce combat existe toujours, même s'il est souvent inconscient. C'est une des préoccupations fondamentales du monde vivant.

Le partage implique une intelligence du cœur : c'est prendre en considération l'autre. Le partage, c'est l'ouverture à l'amour. C'est un acte d'adulte. Or de nos jours, des millions de personnes vivent pour elles-mêmes, dans une solitude sclérosante. Le culte de l'individualisme forcené encouragé par le biosocial, reste un mode de vie de « l'enfant tyran égocentrique ». C'est tout à fait l'opposé d'une structure génitale harmonieuse, car on

récolte ce que l'on sème. Dans le cas présent c'est tout à fait stérile, car rien n'est semé.

Nous avons vu que la période de l'adolescence génère une vision romantique et souvent autodestructrice par les souffrances qu'elle provoque. L'être humain s'est créé les sentiments qui le mettent en marge des autres espèces vivantes. L'adolescent va sublimer ses frustrations sexuelles dans les sentiments. L'amour sentimental est une valeur humaine. Hélas souvent l'adolescent est dans l'attente d'une réciprocité naturelle qui n'arrive pas toujours. Il en résulte des fixations obsessionnelles quelquefois mortifères.

Les attentes hypothétiques d'un comportement amoureux réciproque à notre propre investissement, sont synonymes de souffrance. L'autre n'est pas toujours dans cet état d'esprit et peut également être dans la peur d'un tel investissement d'énergie. Souvent l'adulte ne dépasse pas le stade du romantisme adolescent ; il est prisonnier des sublimations de ses frustrations sexuelles, et se trouve dans une attente toujours insatisfaite.


Les influences du monde extérieur
Les influences du Surmoi
Les pulsions du ça émanent du noyau énergétique
Le MOI se construit au travers des influences conflictuelles entre le ça et le surmoi

Ce sont de multiples influences conflictuelles qui construisent la personnalité. Néanmoins elle est unique et possède un potentiel d'autodétermination.

J. Pierrakos définit le stade « enfant tyran » et le stade « adolescent romantique » comme des stades psychoaffectifs inachevés de l'adulte. Seul le stade d'« Eros » combine la spontanéité et l'émerveillement de l'enfant face à la découverte de la vie, avec des sentiments de partage et d'amour inconditionnel sans attente de retour. Eros vit dans l'instant présent dans un principe de réalité. Eros au regard clair, aux perceptions sensorielles non entachées d'un fatras névrotique. Eros, homme à la cuirasse génitale, tel que le décrit W. Reich, capable de

décharge orgastique et de jouissance de toute son unité psycho-corporelle.

Chapitre 3

LA PSYcore THERAPIE

L'ART DU PSYCHOTHERAPEUTE

La psycore thérapie n'est pas une pédagogie du laisser faire. C'est un partenariat visant à sortir l'autre de sa souffrance. Le rôle du thérapeute est d'être dans l'empathie et de provoquer un effet miroir. ETRE et non paraître, permet la véritable écoute et amène la compréhension de l'autre. L'écoute est une action très importante pour pouvoir approfondir la problématique à travers la reformulation. Il appartient au psycothérapeute de perlaborer le problème et de le restituer au partenaire.

La relation entre le thérapeute et son partenaire se veut égalitaire. Il y a deux êtres humains : l'un en demande, l'autre en recul pour avoir l'espace d'observation neutre et bienveillant mais aussi suffisamment proche pour faciliter l'implication et susciter le phénomène du transfert.

C'est aussi une pédagogie du toucher ; en effet, le thérapeute touche, masse, frappe les blocages d'énergie, caresse, console, participe à part entière au combat mené

par le partenaire pour se sortir de l'ornière de souffrance dans laquelle il est englué.

J'aime à dire que c'est un combat « ensemble » pour l'autonomie de l'autre. Peu de thérapies impliquent autant le thérapeute. J'ai construit cette pédagogie à partir de ma propre thérapie, des attentes de mes patients et je l'affine tous les jours au contact de la réalité de l'autre.

Je me sens congruent en disant que la qualité d'une thérapie dépend de la qualité humaine du thérapeute, de sa capacité d'amour inconditionnel de l'autre, de sa faculté de laisser l'espace nécessaire pour que l'expression émotionnelle de l'autre puisse exister. De son charisme doit émaner une Aura bienfaisante.

Le travail psychocorporel consiste à mettre une partie du corps ou le corps tout entier dans un stress suffisamment puissant pour dissoudre les blocages d'énergie et faire émerger les causes les plus profondes de la souffrance. Cela se traduit par des émotions libératrices reliées à des souvenirs enfouis. La verbalisation et l'interprétation des rêves sont primordiales dans la perlaboration de la problématique des souffrances. Le feeling entre le thérapé et le thérapeute est un facteur majeur de réussite. Il a pour conséquence de libérer les résistances et de favoriser le transfert sans lequel il n'y a pas de réussite thérapeutique.

PSYcore c'est d'abord une aventure humaine pour le plus beau des voyages, celui de l'histoire émotionnelle du partenaire en vue de lui restituer son droit au plaisir de la vie. Cela implique pour le thérapeute d'avoir la « connaissance », c'est-à -dire connaître les fragilités, la force, le courage, la séduction, la peur, les colères, la haine, l'amour, le désir, le plaisir, les fantasmes, les projections, le phénomène du transfert, la lâcheté, la joie, la souffrance, toutes ces choses qui font l'être humain.

Par « connaissance » j'entends aussi la culture particulière de chaque cas ; par exemple il est nécessaire de connaître la culture corse dans le cas de la demande thérapeutique d'un Corse, la culture Juive pour quelqu'un qui appartient à la communauté juive etc... La connaissance de cette culture permet de mieux comprendre les facteurs influents et les conséquences qui en résultent.

Il y a tout un savoir que le psychothérapeute doit posséder, allant de l'anatomie à la psychologie, de la psychanalyse à la bioénergie, de l'histoire des religions à l'ethnologie, de l'économie à la politique. Le spectre de la connaissance est large, mais l'ensemble vise tout simplement à connaître l'histoire des hommes et de l'humanité.

Le thérapeute doit avoir soif de Connaissance. Une vie ne suffit pas pour apprendre. Combien est vraie la formule de Socrate « je *sais que je ne sais rien* », car la véritable connaissance vient de l'intérieur. L'art du psychothérapeute est de faire accoucher l'autre. Bien sûr, mieux vaut une tête bien faite qu'une tête bien pleine. Il ne s'agit pas d'être encyclopédique, mais les spécialisations me font craindre que l'on perde de vue la globalité de l'homme, comme on peut le constater souvent dans la médecine contemporaine.

En plus de cette connaissance, le psychothérapeute aura un savoir-faire dans plusieurs domaines. E ntre autres, il aura :

- La capacité de perlaborer un problème, c'est-à-dire de l'analyser pour le comprendre.
- La capacité d'adapter une technique corporelle visant à dissoudre les stases d'énergie.

- La capacité de comprendre la souffrance du partenaire à partir de son étiologie.
- La capacité d'analyser la cuirasse caractérielle.
- La capacité de guider le partenaire dans l'interprétation de ses rêves.
- La capacité d'analyser son propre contre-transfert en relation avec son superviseur.
- La capacité de souligner les résistances.
- La capacité de s'estimer et de se faire rémunérer à sa juste valeur.

On ne peut pas être psychothérapeute si l'on n'est pas passé soi même par une thérapie psycho-corporelle. Comment comprendre la souffrance de l'autre, si l'on ne l'a pas vécue soi-même ?

Ce qui fait la différence avec d'autres thérapies, c'est qu'il y a ici une implication du thérapeute qui doit toujours démontrer ses capacités humaines de compréhension. On ne peut pas se contenter de dire « y'a qu'à » ou « tu dois » ou « fais ceci, fais cela ! ». Chaque mouvement, chaque proposition, chaque parole correspondent à une finalité. Ce qui prime, c'est le sens de la thérapie.

LES RESISTANCES ET LE TRANSFERT

La tache essentielle et préalable pour un psycore thérapeute est de favoriser un transfert. Que celui-ci soit positif ou négatif, il est un élément indispensable d'analyse qui permet de mettre en évidence les résistances à la thérapie. Le psycore thérapeute doit être conscient de l'implication qu'il peut avoir dans la création de ce lien transférentiel. Il ne faut pas perdre de vue que tôt ou tard un transfert positif se transforme en transfert négatif, car le thérapeute ne correspondra jamais aux attentes fantasmatiques et aux besoins affectifs et libidinaux du patient.

« L'importance capitale du transfert réside dans le fait que les composantes essentielles de la névrose ne se manifestent que dans le transfert. Pour cette raison, la résolution de la « névrose de transfert » qui peu à peu supplante la névrose originaire, est un des objectifs les plus importants de la technique analytique. Le transfert positif est le véhicule principal du traitement. Il ne constitue pas en lui-même un facteur thérapeutique, mais un préalable indispensable à la mise en place du processus dont dépend en fin de compte — et indépendamment du transfert — la guérison » W. Reich dans « L'analyse caractérielle ».

De plus W. Reich fait une mise en garde sur l'authenticité du transfert et dénonce « les faux semblants transférentiels », car le patient ne désire pas aimer il désire être aimé. Un transfert authentique prend sa source lors de

la frustration œdipienne. C'est pour compenser la frustration de la pulsion de la libido et de l'investissement au parent de sexe opposé, que le patient va transférer sur le thérapeute ses désirs.

En 1923 dans « Psychanalyse et Théorie de la Libido » (10),Freud considère que le transfert est le plus puissant moyen adjuvant du traitement » Dès lors c'est l'amour de transfert qui retient son attention.

Pour ma part, j'ai vécu une violente émotion transférentielle lors de ma thérapie.

Nous étions au troisième jour du stage, le phénomène biosocial était culminant, les émotions explosaient chez plusieurs participants. Dans mon coin, j'avais très mal au dos, je mettais cela sur le compte de la position assise inconfortable, au raz du sol sur le matelas, sans appui pour le dos.

John Pierrakos m'invita à venir au centre et me demanda comment je ressentais mon corps. Je lui dis que j'avais mal au dos. Il me mit dans une position d'enracinement, les genoux fléchis, et me demanda de respirer profondément. Mon mal de dos s'accentua et devint intolérable. J'explosai en sanglots. John me prit dans ses bras et m'invita à m'appuyer à son cou. Il me murmura dans l'oreille « tu as beaucoup de douleurs, autorise-toi à les sortir ». Je me serrai fortement contre lui et laissai sortire du plus profond de moi-même des sanglots à n'en plus finir, à tel point que Siegmar m'emmena dans une pièce voisine.

Là je m'écroulai, mon corps ne me portait plus, je lâchai prise. Je pensai à mon père. Ce père que ma famille considérait avec crainte car il était sévère. Mais pour moi

il ne se dérobait jamais lorsque j'allais sur ses genoux. J'aimais son odeur forte de sueur car il était terrassier et travaillait dur. J'aimais la douceur de ses pantalons de velours maculés de boue. J'aimais sa barbe qui piquait. Quelquefois je faisais la sieste avec lui, il m'apprenait les prières, ou me chantonnait une chanson en italien.

Je l'aimais et j'en avais honte. Honte de sa condition sociale et du fait qu'il soit vieux.

Je suis le dernier né de neuf enfants. Mes parents immigrés italiens, étaient analphabètes. Ma mère avait appris à lire le journal sans avoir eu un seul cours de français et elle parlait tant bien que mal le français, mais mon père avait beaucoup de difficultés pour se faire comprendre, il mélangeait les mots français et italien. De plus dans la cité dans laquelle nous habitions, il était le seul à porter des vêtements de travail maculés de boue. Les pères de mes petits camarades portaient des bleus. Il y avait dans ce milieu ouvrier une hiérarchie sociale informelle et je me sentais humilié de notre condition inférieure. J'avais honte car mon père était vieux, en effet lorsque je suis né, il avait quarante huit ans. Cette honte me culpabilisait car je l'aimais.

C'est ce conflit que je venais d'exhumer du plus profond de moi-même quarante ans après, dans ce travail avec John. Il a pu se faire parce que je l'admire pour sa compétence et son savoir. Ce que je n'ai pas eu avec mon propre père, je l'ai trouvé chez John, d'où le transfert affectif. J'ai eu le sentiment durant ce travail qu'il m'aimait inconditionnellement, ce qui m'a permis de lâcher prise

L'événement transférentiel vécu avec John, qui a su reconnaître ma douleur et me comprendre fut un des

événements les plus importants de ma vie. De retour au calme, j'exprimais ma gratitude à John et lui dis tout mon amour, ce que je n'avais pu faire avec mon père.

Aujourd'hui, en écrivant ces phrases, les pleurs et les sanglots me secouent au souvenir de mon père. Il m'a apporté plus qu'un Savoir, il m'a apporté non seulement la vie mais aussi le sens de l'honneur, de l'intégrité, de l'affirmation. Il m'a apporté le goût et les senteurs de la terre lorsqu'il travaillait le jardin. Il m'a donné mon élan vital d'homme. Merci papa. »

En vivant ce transfert positif mon mal de dos a disparu et j'ai mesuré à quel point ma honte n'était pas fondée. J'ai donc retrouvé la fierté, l'estime et l'amour pour mon père. Je suis réconcilié avec moi-même.

Pendant les premières phases de la thérapie, il ne saurait être question d'un transfert authentique, car il se heurterait aussi bien au refoulement sexuel qu'à l'absence de désirs d'objets libidinaux et à la cuirasse caractérielle.

W. Reich dit dans « L'Analyse Caractérielle » (11)

« Les prétendus transferts positifs peuvent donner lieu à trois phénomènes.

1) Un « transfert positif réactif » Dans ce cas, le malade substitue à un transfert de haine des manifestations ayant l'apparence de l'amour. Mais en réalité nous avons affaire à un transfert négatif latent. En interprétant les résistances nées de ce genre de transfert comme étant l'expression d'une relation d'amour, on néglige le transfert négatif qu'elles dissimulent et on risque de passer à côté du centre même du caractère névrosé.

2) Une docilité passive à l'égard de l'analyste, expression d'un sentiment de culpabilité, d'un masochisme moral, qui cachent une fois de plus des sentiments de haine refoulés et compensés.

3) Un transfert de désirs narcissiques, fondé sur l'idée narcissique que l'analyste aimera et admirera le malade. Ce genre de transfert s'écroule rapidement, faisant place à une déception amère et à un sentiment de haine narcissique. L'analyste qui verrait dans une telle attitude un transfert positif — « vous m'aimez » — commettrait une grave erreur. Car de tels patients n'aiment pas : leur seul désir est d'être aimé. »

On peut mesurer la difficulté de cerner le véritable transfert positif. Mon expérience me prouve que ce transfert demande du temps pour se former, il apparaît globalement au bout de deux années de thérapie. Au niveau technique, il s'agit de susciter le lien transférentiel.

1) Pour ce faire l'empathie du thérapeute facilitera la tâche. En effet, savoir être à l'écoute dans une neutralité bienveillante et dans la compréhension du patient, crée un lien de confiance nécessaire à l'élaboration du transfert.

2) La Biothérapie étant une thérapie du toucher, il est plus facile d'entrer dans une communication authentique.

3) Pour le thérapeute, il s'agit d'être authentique dans l'expression de ses propres émotions tout en gardant le recul nécessaire dont a besoin le patient.

4) L'utilisation du transfert servira à résoudre les résistances névrotiques et à déclencher les décharges émotionnelles qui accompagnent la mise à jour de contenus refoulés.

5) Pour accéder au transfert positif, il faut d'abord permettre l'expression du transfert négatif latent. Il faut éliminer la haine pour accéder à l'amour. Il faut obtenir la

cristallisation de la haine secrète du patient et la rendre accessible à sa conscience.

Le contre-transfert.

Le thérapeute n'est pas un surhomme, il est un être humain sensible et compréhensif, mais aussi il axe toute son attention sur la problématique du patient. Or il peut se produire que le thérapeute ressente des affinités, de l'amour, et même un désir sexuel pour son patient. Bien entendu le code déontologique d'un thérapeute l'empêche de passer aux actes. Car s'il y avait relation sexuelle, cela serait au détriment de l'autonomie du patient. En effet celui-ci se livre en toute confiance il y aurait, même au nom de l'amour, abus de sa fragilité névrotique, s'il y avait un passage à l'acte. D'où la nécessité pour les thérapeutes de faire un travail en supervision.

Ce qui est vrai pour l'amour, peut aussi éventuellement être vrai pour un transfert négatif. Là aussi un travail en supervision doit permettre d'expliciter cette résonance négative et sortir le thérapeute de cette ornière.

LA SOURCE GENETIQUE DU NOYAU ENERGETIQUE

Le concept du « noyau énergétique » est une approche de l'évolution de l'être psychocorporel. Le dénominateur commun entre l'être et l'univers est la façon dont l'énergie se manifeste du microcosme au macrocosme.

L'énergie vitale émane du noyau et circule librement pour notre bien-être et notre équilibre, mais bloquée par le « mal-être », elle engendre la maladie ou le dysfonctionnement. Naturellement l'harmonie est présente dans toute vie, mais les paramètres extérieurs qui influencent l'évolution obligent l'être humain à se replier sur lui-même bloquant de ce fait l'énergie vitale.

Le noyau énergétique a pris naissance à la création de notre univers, il y a environ quinze milliards d'années, lors du big bang. L'énergie hyper atomisée est concentrée dans une charge et une tension incommensurables. Elle a explosé. Cette explosion originelle a projeté dans l'espace suffisamment d'énergie pour créer l'univers. Toute la matière s'est trouvée projetée dans toutes les directions et, en se refroidissant, a donné naissance aux étoiles, aux galaxies, aux planètes.

L'univers est donc un événement intemporel, une explosion. Les planètes continuent à s'éloigner les unes des autres à toute vitesse. Néanmoins la loi de la gravitation et la loi d'inertie provoquent des forces contraires. Ces deux forces contraires s'équilibrent et font

que les planètes tracent une trajectoire constante autour du soleil. Il y a l'expansion d'une part, et la contraction d'autre part. L'équilibre de ces deux forces permet la création d'une harmonie pulsative cosmique.

La terre a vu le jour quand le système solaire a été formé, il y a 4,6 milliards d'années. C'est à l'origine une masse en fusion mais l'écorce terrestre s 'est refroidie peu à peu. La science pense que la vie est apparue sur terre il y a environ quatre milliards d'années dans l'océan primitif. Toutes formes de la vie sur terre sont constituées à partir des mêmes matières. La définition la plus simple de la vie est celle qui dit que « la vie est une matière qui a la possibilité de se diviser en deux parties tout à fait identiques lors d'un processus évolutif dû à l'ADN (acide désoxyribonucléique) ». C'est ce qui s'est passé dans la soupe primitive. Un jour une macromolécule s'est formée, avec l'étrange propriété de pouvoir se diviser en deux parties identiques. Ceci a marqué le départ de toute l'évolution à venir.

Hubert Reeves dans son livre « Patience dans l'Azur » écrit : *« La cellule est l'élément de base, la brique fondamentale de tous les êtres vivants. Nous sommes des assemblages de cellules. Notre corps en contient plus de cent milliards agencées avec la plus extrême cohérence. Ces cellules ne sont pas identiques ; il y en a environ deux cents variétés chez un être humain. Chaque variété joue un rôle déterminé. Une cellule contient environ mille milliards d'atomes.*

En commun les cellules ont un certain nombre d'éléments. D'abord un ***noyau.*** *Là, sont stockés comme dans un coffre-fort, les « gènes ». Dans ces gènes est inscrit le code génétique nécessaire à la poursuite de la vie et à la reproduction. Cette information est codée au*

moyen d'un alphabet spécial composé de molécules. La séquence de ces molécules forme l'A D N.

On ne sait pas très bien à quel moment est apparu pour la première fois l'A D N sur la terre. Ce fut probablement dans l'océan primitif. Depuis cette période, les molécules d'A D N sont fidèlement transmises au moment de la reproduction. Elles jouissent d'une sorte d'éternité. Elles dureront aussi longtemps que la vie sur terre ».

Nous pouvons dire qu'un microbe a le même tableau généalogique qu'un éléphant et que l'être humain comme n'importe quelle espèce vivante, est composé d'organismes moléculaires mis bout à bout. Donc chaque cellule de notre corps a le même patrimoine génétique et contient le programme de ce que nous sommes. Ce qu'il y a de magique dans tout cela, c'est qu'une cellule de l'intestin va produire des protéines différentes de celles du foie ou de la peau, alors qu'elles ont la même A D N possédant le même programme de notre globalité. Je dis magique parce que la construction est cohérente alors qu'elle pourrait être anarchique.

Qu'est-ce qui influe sur cette harmonie ?

Ce que nous appelons A D N, ce sont les chromosomes ou gènes présents dans chaque cellule vivante. Nous parlons ainsi de molécules d'ADN, car l'ADN est en fait une molécule compliquée, une macromolécule. A l'époque de la soupe originelle, il n'y avait pas d'oxygène dans l'atmosphère et c'est parce que l'oxygène était absent que les cellules moléculaires d'ADN ont pu se créer.

En effet l'oxygène est une matière très réactive pouvant oxyder les cellules moléculaires d'ADN. L'absence d'oxygène a permis la vie. Nous avons vu que l'absence d'atmosphère privait la surface du globe d'une couche

d'ozone pour la protéger. Cela veut dire qu'il n'y avait pas de barrière au rayonnement de l'univers. Ce rayonnement cosmique fut l'énergie même qui permit aux différentes substances chimiques présentes sur la terre de s'unir pour former des macromolécules plus complexes. Seule cette période particulière réunissait tous les éléments nécessaires à la création du vivant. Depuis rien n'a été créé, pas la moindre macromolécule. Toute vie sur terre remonte à cette époque.

Puis il y a eu la photosynthèse des plantes, ce qui a permis à l'oxygène de se former dans l'atmosphère. Cela eut deux conséquences : 1) Les conditions étaient réunies pour que la vie animale s'épanouisse. 2) La terre a été protégée des rayons nocifs de l'univers. Paradoxalement ce rayonnement cosmique, qui fut sans doute une « étincelle » déterminante pour la formation de la première cellule, est nocif pour tout ce qui vit.

Beaucoup plus tard, longtemps après que la vie dans l'océan et la photosynthèse des plantes aient formé l'atmosphère, les premiers amphibies ont rampé hors de l'eau et ont gagné la terre, leurs branchies sont devenues peu à peu des poumons pour respirer. Celui qui écrit ces phrases est le résultat d'un long processus qui a pris trois ou quatre milliards d'années.

Mais combien d'adaptations, combien de souffrances, combien d'éliminations a-t-il fallu pour en arriver à cet être presque parfait doué d'intelligence qu'est l'homme ? Nul ne le sait. On peut postuler que les gènes se sont adaptés selon le principe de l'évolution cher à Darwin. L'ADN garde la trace de cette évolution, surtout à partir du moment où une ADN a été l'origine de la construction du cerveau humain. Alors sont apparues les émotions, formant ainsi une mémoire négative de peurs, de haines,

de meurtres, mémoire contractante et limitant l'expansion du noyau énergétique. Cette mémoire négative, je la nomme « la strate négative ». La vie a donc pour toutes les espèces une même origine, un même programme initial, mais qui s'adapte en fonction des besoins.

Plus explicite encore est la description que fait H. Reeves de la cellule : *« Autour du noyau de la cellule se trouve une substance gélatineuse appelée « cytoplasme ». Cette substance est recouverte d'une membrane qui délimite « le monde intérieur » de la cellule. Le cytoplasme est peuplé d'une multitude de petites unités « les organelles ». Elles ont des fonctions bien définies. On y retrouve des poumons, des foies etc... Les poumons ici se nomment « mitochondries ». L'oxygène absorbé par la respiration animale, arrive à la membrane cellulaire par le biais de la circulation sanguine. Il pénètre dans la cellule et rejoint les mitochondries où il est utilisé. L'énergie dégagée est stockée par des molécules spéciales appelées A T P. Ce sont en quelque sorte des « batteries » qu'on recharge. Plus tard elles libéreront leur énergie là où les fonctions vitales de la cellule l'exigent. La respiration cellulaire n'est pas seulement une préfiguration de la respiration pulmonaire. Elle est la respiration. Le mouvement de va et vient de nos poumons n'est que le moyen d'amener l'air jusqu'aux cellules ».*

Il est remarquable de constater que la fonction d'une cellule est identique à la fonction d'un corps et que la fonction de celui-ci est au service de la vie des cellules. Si l'on admet cette synergie, on peut admettre que les milliards de cellules qui forment notre psychocorporel ont dans leurs mémoires l'histoire de l'évolution de la vie depuis l'océan primitif, c'est à dire qu'elles possèdent cette trace archaïque que je nomme « **la strate négative ».**

D'autre part, la cellule a la capacité de stocker l'énergie pour la répartir en fonction des besoins, elle possède un noyau, qui tel un coffre fort recèle les gènes dans lesquels est inscrit le code nécessaire à la poursuite de la vie et à sa reproduction. Ces cent milliards de cellules qui nous composent forment ce que je nomme le « **noyau énergétique positif** », formé en synergie avec la strate négative, qui est la base de toute vie à venir et le liant avec l'énergie universelle. Ce noyau est en expansion tandis que la strate négative est en contraction. Cette pulsation expansion-contraction est identique à la pulsation cosmique. On retrouve ici un principe de fonctionnement commun entre le macrocosme et le microcosme, LA PULSATION, qui est le principe commun de fonctionnement commun à toute vie, du plus grand au plus petit.

L'illustration de cette vision du Tout est faite par le remarquable et poétique livre de Hubert Reeves « Patience dans l'Azur ». Dans son sous-titre « La vie implique tous les niveaux réels » Hubert Reeves écrit : *« Sur un lit défait, une femme repose. Tout respire le calme et la tranquillité. Mais en son sein une autre scène se déroule. C'est le tumulte, le chaos, la lutte impitoyable. Des milliards de spermatozoïdes montent à l'assaut de l'unique ovule qui leur assurera la survie. La compétition est inexorable, tous les combattants, sauf un (ou peut être deux), périront d'ici à quelques minutes dans une effroyable hécatombe*

Sous la membrane de chacun de ces spermatozoïdes, c'est encore autre chose. Les réactions chimiques de production de protéines se poursuivent à leur rythme. Les atomes se joignent ou se dissocient, inconscients du tumulte qui règne à l'étage au-dessus, comme de la volupté paisible plus haut encore.

Les nucléons des noyaux assistent en spectateurs passifs aux ébats des électrons qui réalisent les combinaisons moléculaires, tout comme d'ailleurs les quarks puissamment liés au cœur des noyaux.

Tous les niveaux du monde réel, dans le passé, le présent et l 'avenir, interviennent dans cette scène de la vie courante. Les quarks se sont liés en nucléons dans la purée initiale des premières microsecondes de l'univers. Les nucléons se sont assemblés en noyaux il y a quelques milliards d'années, dans la fertilité des cœurs d'étoile.

Le code génétique, inscrit dans les cellules sexuelles, s'est édifié dans la soupe océanique primitive.

Aujourd'hui, l'action se perpétue au niveau de la chimie, de l'activité cellulaire et sur le plan de la vie sentimentale des amants. Elle porte la promesse de sa propre prolongation dans l'avenir. La « vie » est présente à tous les niveaux ; l'acte le plus simple prend source au début du temps ».

Cette description des différents niveaux du réel, démontre clairement que nous faisons bien partie d'un TOUT. Ce TOUT étant l 'énergie Universelle. Nous sommes reliés à elle dans chaque acte de notre vie par notre **noyau énergétique** formé de plus de cent milliards de cellules et qui constitue notre psychocorporel. Quand nous savons qu'une cellule contient environ mille milliards d'atomes, nous réalisons à quel point nous sommes reliés à cette énergie universelle. Nous pouvons dire que nous portons en nous l'histoire de la vie et que l'être humain transmet dans ses gènes, en synergie, plusieurs niveaux réels.

1) Les quarks liés en nucléons sont la trace du chaos provoqué par le Big Bang et sa puissance énergétique en expansion.

2) Les milliards de milliards d'atomes nous construisent et nous relient à l'énergie universelle.
3) Les cent milliards de cellules en pulsations continues avec leur objectif harmonieusement défini donnent la forme de la vie.
4) La synergie de tous ces niveaux constitue le noyau énergétique en expansion.
5) La trace de l'évolution à partir de la première A D N construisant le cerveau humain. Elle forme la strate négative en contraction et contient notre inconscient corporel.

On peut dire que les quatre premiers niveaux du réel créent la forme de la vie. Tandis que le cinquième niveau du réel, en synergie avec les deux autres, forment l'entité humaine avec son noyau énergétique en pulsations constantes vibratoires et rayonnantes.
Les autres espèces vivantes seront construites avec les quatre premiers niveaux du réel, en fonction de leur ADN et du nombre de cellules qui les composent. Il leur manquera le cinquième niveau pour être conscientes de leur existence.
Le noyau énergétique, outre le fait d'avoir des capacités pulsionnelles, engrange l'histoire de la vie depuis le fond des temps et engendre l'inconscient corporel.
Comme le noyau énergétique se transmet par les gènes, il est évident que l'inconscient corporel l'est aussi. Donc nous naissons déjà avec un inconscient.

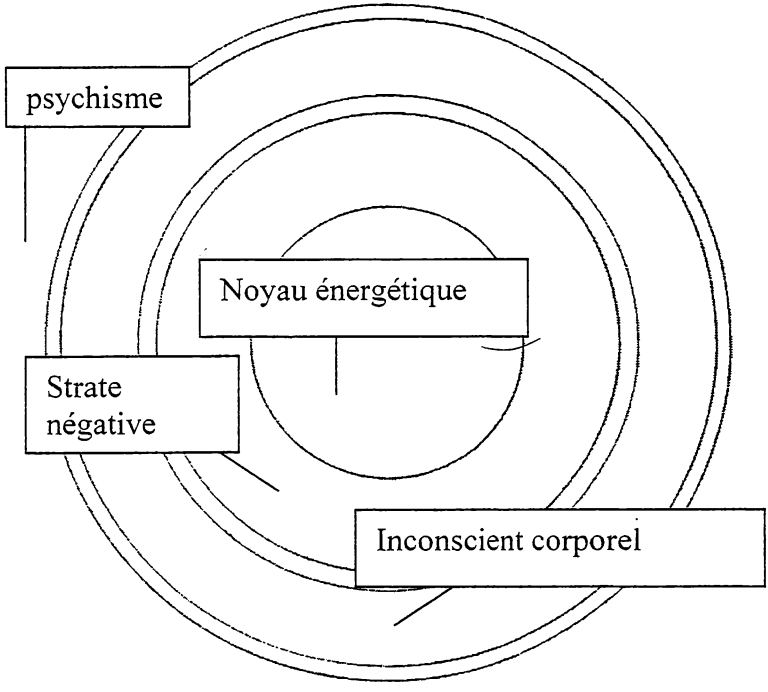
Nous avons vu que l'inconscient est — en synergie — partie intégrante du noyau énergétique. Celui-ci possède les pulsions de vie pour son auto-conservation et les pulsions de plaisir pour sa reproduction. On retrouve ici l'expression du « **ça** » découvert par S. Freud et dont les effets ont été si bien décrits par Groddeck. (13)

S. Freud dans son livre « Métapsychologie » (14) parle des pulsions : *« Lorsque nous constatons que l'activité des appareils psychiques les plus développés est également soumise au principe de plaisir, à savoir est réglée automatiquement par les sensations de la série plaisir-déplaisir, nous pouvons difficilement refuser une nouvelle présupposition : ces sensations reproduisent le processus de maîtrise des excitations. En ce sens, assurément, que la sensation de déplaisir est en rapport avec un accroissement de l'excitation, et la sensation de plaisir avec une diminution de celle-ci. Nous tenons néanmoins à maintenir le caractère hautement indéterminé de cette hypothèse, tant que nous n'aurons pas réussi à déceler la nature de la relation entre plaisir-déplaisir et les variations qui agissent sur la vie psychique. On peut assurément imaginer toutes sortes de relations et des relations qui seraient assez complexes. Si en nous plaçant d'un point de vue biologique, nous considérons maintenant la vie psychique, le concept de « pulsions » apparaît comme un concept limité entre le psychisme et le somatique, comme le représentant psychique des excitations issues de l'intérieur du corps et parvenant au psychisme, comme une mesure de l'exigence de travail qui est imposé au psychisme en conséquence de sa liaison corporelle ».*

Nous trouvons dans le discours de Freud matière à développer notre propos. Nous nous plaçons du point de vue bioénergétique en prenant en compte la pulsation contraction-expansion, pulsation dans laquelle l'expression du noyau énergétique dans son expansion génère et exprime le désir du plaisir, contenu par la strate négative qui contracte cette aspiration.

En outre les cellules composant notre cerveau ont un sens, celui de mémoriser, d'engendrer la réflexion et donc la pensée d'où découle l'esprit.

De surcroît le cerveau a la capacité de mémoriser les causes des mouvements de la bioénergie, il engendre de ce fait le psychisme.
L'inconscient corporel est transmis génétiquement, tandis que le psychisme se crée à partir de la période fœtale et mémorise les causes des mouvements émotionnels et donc bioénergétiques. Le psychisme est une strate qui est en synergie avec le noyau énergétique, il est partie prenante de la pulsation expansion-charge d'énergie (plaisir) contraction – décharge d'énergie (déplaisir).
Le psychisme est tributaire de ce fonctionnement biologique. Il en est tellement tributaire qu'il va générer des images et des pensées pour correspondre à un moment donné, au mouvement bioénergétique du corps en pulsation. Inversement il a la capacité d'induire et même de bloquer ces mouvements bioénergétiques.
Les influences éducatives qui fabriqueront l'homme ne feront qu'ajouter une strate supplémentaire à cet existant. Cette strate alimentera le psychisme, mémoire des causes qui provoquent les mouvements de la bioénergie dans notre corps. Cet espace sera la matière du processus psychanalytique.



Notre psychocorporel a la faculté naturelle, s'il n'est pas entravé par des interdits, d'autoréguler la charge et la décharge bioénergétique émanant de notre noyau à travers les pulsions de plaisir et d'auto-conservation. Cette énergie pulsative est positive, elle est en expansion comme lors de la création de l'univers. C'est le principe même de la vie, l'arrêt de cette expansion mène à la mort. Mais cette expansion est limitée par la strate négative qu'est l'inconscient, ce qui permet un équilibre, comme celui de l'univers en expansion freiné par les lois de gravitation et d'inertie.

Chapitre 4

LA VEGETOTHERAPIE : COMPOSANTE DE LA PSYcore THERAPIE

Ce terme de « végétothérapie » a été employé par W. Reich pour désigner la corrélation qu'il y a entre le mouvement de la bioénergie et le système neurovégétatif. Comme le terme « végétable » au sens de « végétal, légume » risquait de fausser la compréhension de cette thérapie, W. Reich a employé le terme d'« orgonothérapie », d'autant qu'il venait de découvrir le principe de l'orgone.

Pour ma part, j'ai fondé mes recherches sur les premiers travaux de W. Reich que l'on trouve dans ses deux ouvrages « L'analyse caractérielle » et « La fonction de l'orgasme ». Ce sont des ouvrages antérieurs à la découverte de l'orgone et ils traitent de la végétothérapie. La végétothérapie à été l'élément primordial dans ma réflexion sur le concept du noyau énergétique.

W. Reich dans « L'Analyse Caractérielle » soutient que notre corps est annelé comme un ver de terre et que les anneaux appelés aussi segments, au nombre de sept,

déterminent des espaces corporels susceptibles d'être des points de blocage d'énergie.

« Si l'on recherche les lois qui règlent inéluctablement les blocages musculaires de la cuirasse, l'on découvre que la cuirasse obéit à une disposition segmentaire. La fonction segmentaire est un mode de vie bien plus primitif que celui que l'on observe chez les animaux très évolués. Cela apparaît très nettement dans le ver. Chez les vertébrés plus évolués, seule la structure segmentaire de l'épine dorsale qui correspond aux segments du cordon et des nerfs médullaires, ainsi que l'arrangement segmentaire des ganglions autonomes, rappelle l'origine des vertébrés issus d'organismes plus primitifs et dont l'organisation est nettement segmentaire. Le terme de « structure segmentaire » indique que la cuirasse agit sur le devant, sur les côtés et à l'arrière, à la manière d'un anneau.

Les segments de la cuirasse comprennent donc tous les organes et groupes de muscles qui entretiennent un contact fonctionnel entre eux, capable de les faire participer au mouvement expressif.

La structure segmentaire est toujours perpendiculaire à la longueur du torse. La seule exception à la règle c'est les bras et les jambes. Leur fonction est solidaire des segments correspondants au tronc, les bras s'inscrivant dans le segment où se situent les épaules et les jambes dépendent du segment comprenant le bassin.

1) La cuirasse segmentaire est divisée en anneaux formant un angle droit avec la colonne vertébrale.

2) Les courants plasmatiques et les excitations affectives que

nous produisons évoluent dans le sens de l'axe du corps.

L'inhibition du langage affectif de l'expression plasmatique s'opère donc perpendiculairement à la direction du courant orgonotique.

Etant donné que l'ensemble des courants orgonotiques ne saurait converger dans l'orgasme que si leur libre passage est assuré sur toute la longueur de l'organisme, il est évident que le réflexe orgastique ne saurait s'installer qu'après la résolution de tous les anneaux de la cuirasse.

La structure segmentaire de la cuirasse représente le ver dans l'homme. Les mouvements de ce ver obéissent à des ondes d'excitation progressant de la queue vers la tête, se propagent de segments en segments pour atteindre finalement la tête.

Chez les vers et les chenilles, le déplacement est tributaire de ce mouvement ondulatoire du plasma. Comme il n'y a rien d'autre, force nous est de conclure que c'est l 'énergie biologique elle-même qui se déplace grâce à ces mouvements ondulatoires ». ( )

Ces points spécifiques de blocages d'énergie sont responsables de la construction de notre cuirasse caractérielle. Le travail thérapeutique consiste à libérer ces segments de leurs stases — blocage d'énergie - pour permettre à l'énergie psycho-corporelle de circuler librement dans l'organisme. La structure segmentaire de la cuirasse est toujours perpendiculaire à la longueur du torse, jamais dans le sens de celle-ci. Les segments de la cuirasse comprennent tous les organes et groupes de muscles qui entretiennent un contact fonctionnel entre eux et sont capables de les faire participer aux mouvements de l'expression émotionnelle. Le travail sur les anneaux, pour dissoudre les stases, que je mène depuis de nombreuses années, confirme pour moi les propos de Reich. J'accentue le fait qu'effectivement les bras sont rattachés au haut du thorax et participent de ce fait à l'anneau du cœur, c'est-à-dire à l'anneau où siègent les émotions — tendre les bras,

embrasser, étreindre, serrer les poings, sont des mouvements éminemment émotionnels — Les jambes sont rattachées au bassin, siège de la sexualité, mais également elles permettent la station debout qui est la prérogative de l'homme ancré dans les énergies telluriques.

La chronologie rigide de la végétothérapie prônant le déblocage des anneaux du haut avant de passer aux autres segments, ne me paraît pas impérative. En effet il m'arrive lors de séances, de travailler le segment qui me paraît le plus opportun en fonction du mal être du client, dans l'ici et maintenant. Je détermine ce choix en fonction de l'écoute et de l'observation, car se déterminer sur un segment précis favorise la résistance. Je privilégie l'acting sur les yeux, lorsqu'il n'y a pas une urgence à traiter.

Le phénomène ondulatoire du corps est évidemment un phénomène plasmatique bioénergétique. Chaque cuirasse caractérielle se définit en fonction des blocages d'énergie des segments. Nous comptons sept segments, les segments sont des blocages énergétiques intra-corpus dus à notre histoire personnelle.

- Le premier segment ou anneau, comprend les yeux, le nez, les oreilles.
- Le second segment se situe au niveau de la bouche.
- Le troisième comprend le cou et le haut de la cage thoracique ainsi que les bras
- Le quatrième est le thorax.
- Le cinquième, le diaphragme et le plexus solaire.
- Le sixième, l'abdomen.
- Le septième, le bassin et les jambes.

Je considère que les cinq premiers segments prennent corps durant la période prégénitale. En effet, les peurs, les frustrations affectives et de plaisir du nourrisson ancreront

des stases formant ainsi ces segments. Quant au sixième et septième segment, ils concernent le stade génital avec son corollaire à venir, le complexe d'œdipe. Il faut donc savoir que si nous abordons un segment donné, il y aura une conséquence sur les organes concernés.

Nous allons analyser l'importance des segments en commençant par le premier d'entre eux qui comprend : les yeux, le nez et les oreilles. Sachant que l'odorat et les sons ont déjà alimenté la perception sensorielle intra-utérine.

Le segment des yeux

Il se signale par le blocage et donc la contraction des muscles du front, des muscles orbitaires, des orbiculaires des paupières, de la glande lacrymale. D'où les expressions de « regard vide de toute expression » ou des « yeux qui sortent de la tête ». On dirait que la personne nous fixe à travers les trous d'un masque. Ce blocage des yeux est la réaction du nouveau-né contre les peurs rencontrées lors de sa naissance.

Frédérico Navarro dans « Un autre Regard sur la Pathologie » écrit à ce sujet : (17)

« Ce blocage n'empêche pas la progression du fonctionnement des autres niveaux mais le développement psychoaffectif sera caractérisé par certains troubles du comportement allant jusqu'aux crises psychotiques de la puberté et de l'adolescence. Des sujets paraissant normaux peuvent donc avoir, sous leur caractère de surface, un noyau psychotique. Dans la psychose, la réaction énergétique du corps semble ignorer ses propres limites, le sujet se sentant dans un continuum avec le monde avec lequel il se confond même souvent. Alors que

le blocage total des yeux implique une psychose dissociée, le blocage partiel implique un noyau psychotique ; il s'agit dans ce cas d'une personnalité psychotique caractérisée par une réactivité fondamentale : le sujet n'est pas actif, créatif, mais réagit au milieu et en particulier aux stimuli visuels (avec une prédilection pour la forme au détriment du fond). Cette réactivité naît d'une exagération subjective dans l'interprétation des faits et peut mener au délire. La personnalité psychotique se laisse en général vivre, car elle se fatigue facilement (neurasthénie) et préfère facilement l'isolement ou la fuite dans le sommeil ».

Il dénonce en outre les premiers traumatismes qui vont engendrer des symptômes douloureux.

« La céphalée résulte d'un mauvais contact archaïque aux tous premiers moments après la naissance, alors que la migraine est la conséquence d'une situation semblable mais à une période néonatale plus tardive ».

« Si la céphalée est l'expression d'une hostilité, conséquence d'une peur généralisée, la migraine est au contraire liée à une peur spécifique et énonce une hostilité envers une figure parentale et principalement celle de la mère. Toutefois, étant donné que du point de vue énergétique de la médecine orientale le côté droit Yang est masculin tandis que le côté gauche Yin est féminin, nous avons vérifié et nous pouvons affirmer que la migraine gauche exprime l'hostilité par peur d'une figure féminine (souvent la mère ou une femme vécue comme telle), alors que la migraine droite l'exprime par rapport à une figure masculine (le père ou un homme vécu comme tel) ».

Je travaille sur la migraine dans un acting qui consiste, sur une tête maintenue bien droite, à frotter fortement à l'aide des doigts le sommet du crâne dans le sens contraire

des aiguilles d'une montre, comme si l'on voulait dévisser le crâne. Ensuite je masse les tempes en douceur. L'objectif est de dissoudre le trop plein d'énergie à ce niveau, trop plein provoqué par la rumination mentale. C'est très efficace.

Je trouve intéressant que Navarro ose introduire la notion de Yin et de Yang dans une analyse reichienne, j'ajouterai à cela que le travail en Biothérapie prend totalement en compte cette notion en incluant dans le travail des yeux, le regard en arrière comme Yang (Dieu, le père, le soleil et par extension l'autorité et la relation aux hommes) et le regard en bas du corps Yin (la sexualité, la mère, la terre nourricière et par extension la relation aux femmes).

L'acting, c'est mettre en action, en mouvement. L'acting est un moyen d'amener un certain nombre de muscles en stress. Ce stress doit être supérieur à la résistance de la contraction. Pour ce faire, l'acting doit être réalisé dans un temps suffisant pour arriver au lâcher prise des muscles. Bien entendu lorsque je dis lâcher prise des muscles, cela n'est pas un mouvement mécanique mais un ensemble psycho-corporel et émotionnel. Le lâcher prise émotionnel précède presque toujours le lâcher prise musculaire. De plus en Psycore thérapie nous essayons toujours de relier l'événement émotionnel de l'ici et maintenant avec les frustrations de la prime enfance, de la topique freudienne en passant par le complexe d'Oedipe et le complexe de castration

Voici ce qu'écrit Fréderico Navarro à propos du travail sur les yeux. (17)

L'astigmatisme

« Des yeux sains se distinguent par leur mobilité et l'absence de divergence. L'astigmatisme qui surgit pendant les premiers jours après la naissance fait voir flou, ce qui renvoie aux yeux embués de larmes ; l'astigmate se plaint de confusion des idées, de difficultés de concentration, il dit qu'il a besoin de faire le point.

2° L'acting consiste à fixer un point sur le plafond pendant un certain temps jusqu'au moment où le sujet aura trouvé la possibilité de « stigmatiser » les contours de ce point, l'astigmatisme signifiant sans stigmate.

La myopie

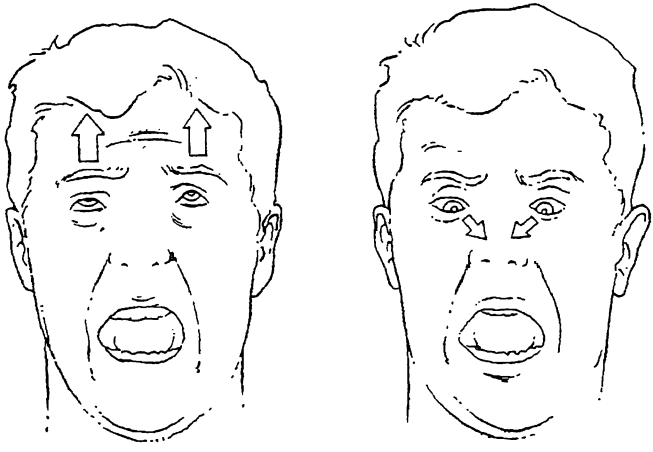
La myopie s'installe souvent pendant l'allaitement. Si la mère n'est pas attentionnée, l'allaitement devient mécanique, c'est-à-dire peu gratifiant. Le nourrisson regardant alternativement le visage de la mère et le bout du sein exerce avec plus ou moins de succès l'accommodation et la convergence. Le myope dit avoir besoin d'être sur les choses pour les voir, il est incapable de voir loin au sens propre comme au sens figuré.

3° L'acting consiste à regarder un point au plafond et le bout du nez. Il doit se faire même si on a l'impression de loucher.

L'hypermétropie

L'hypermétropie donne au contraire un sujet qui voit loin au sens propre et au sens figuré, jusqu'à faire toujours des prévisions et à pratiquer la fuite en avant.

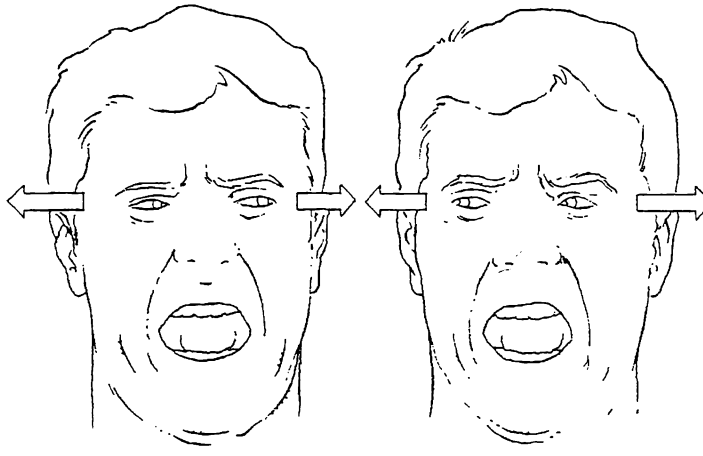
L'ici et maintenant lui fait peur. C'est comme une personne qui a des œillères.



4° L'acting consiste à regarder alternativement à gauche et à droite sans bouger la tête. Cet acting reproduit le phénomène survenu vers le neuvième mois de l'enfant et appelé par Spitz « la peur de l'étranger », il permet de décharger la rage, la méfiance, l'hostilité refoulées qui remonte au moment du sevrage.

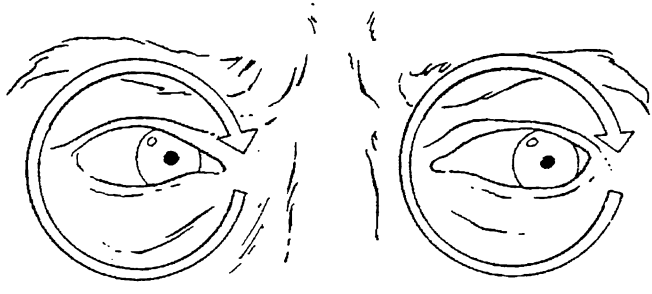
La presbytie

La presbytie enfin prend racine à l'époque où l'enfant passe de la motilité à la mobilité. L'attitude des parents consiste à pousser l'enfant trop tôt à faire ses premiers pas. L'enfant, pour satisfaire ses parents, fera l'impossible bien qu'il ne soit pas encore apte à maîtriser l'espace – temps, les yeux rivés sur un éventuel point de chute avec toute la peur que cela comporte.



5° L'acting consiste en une rotation complète des yeux sans bouger la tête, pour regarder, détailler et non pas voir simplement autour de soi.

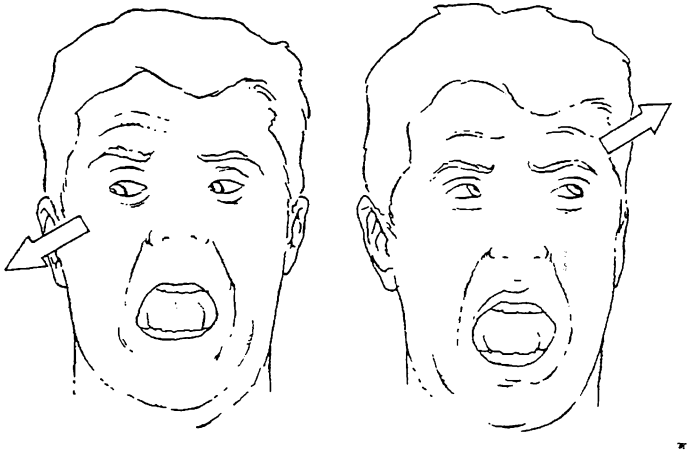
Tous les muscles de la vision s'accompagnent d'une tension chronique des muscles du cou. Ce blocage du cou s'explique par l'effort au niveau des yeux qui oblige le sujet à tenir la tête haute. Un tel mécanisme de défense est l'indice d'une position narcissique excessive. La réponse à une situation vécue comme dangereuse étant de raidir le cou et de redresser la tête ».



J'utilise les acting des yeux pour dissoudre les stases que l'on rencontre dans l'étiologie des cuirasses de

tendance schizoïde, paranoïde, compulsive et masochiste. De plus les ruminations mentales vont aller se fixer au niveau des yeux et les énergies provoquées par ces ruminations créent des fixations devenant obsessionnelles. Le travail consiste à faire les acting des yeux pour libérer les énergies et rompre les ruminations. Il permet également de verbaliser les causes de ces blocages. Ces causes sont très souvent, sinon toujours, en relation avec un bioscénario initial.

Un 6° acting consiste à regarder en haut à droite (Yang) et en bas à gauche (Yin), ensuite sur la diagonale inverse, en haut à gauche (Yin) et en bas à droite (Yang). Le but est de déceler les influences parentales, une mère peut être Yang et dominatrice et un père peut être Yin et soumis. De plus cet acting révèle le Yin et le Yang du patient.



Un deuxième élément du premier anneau, c'est le nez.

L'odorat du nouveau-né est mis à contribution dès sa naissance. La première odeur est celle du sang de l'accouchement, puis l'odeur du sein maternel qui le rassurera.

George Groddeck qui est le père de la médecine psychosomatique, refuse d'accepter la division du corps et de l'esprit en deux compartiments. Les maladies des hommes sont une représentation symbolique de leurs prédispositions psychologiques. Nous fabriquons nos maladies mentales et physiques de la même manière. Pour Groddeck, ce n'est pas seulement dans la cuirasse musculaire que s'inscrivent les refoulements, c'est le corps tout entier, par tous ses organes et dans toutes ses fonctions, qui parle. Le « ça » Dieu/Nature, comme il crée le nez ou les mains, crée aussi le cerveau et la pensée qui s'y joue. Le « ça » existe donc avant la pensée qu'il crée comme un de ses modes d'expression.

Groddeck dans « Le livre du Ca » précise (18) :

« Je parlais tout à l'heure du parallélisme entre l'orifice sexuel et la bouche. A son tour le nez pour un « ça » devenu capricieux et dont l'omnipotence ne connaît plus de limite, est un membre masculin, en conséquence de quoi, il fait le nez gros ou petit, arrondi ou pointu, le place de travers dans le visage, selon qu'il veut révéler tel ou tel penchant. Et maintenant tirez, je vous prie, vos conclusions sur le saignement de nez, si fréquent à certains âges, des poils qui poussent dans les narines, des polypes et des mauvaises odeurs d'origine scrofuleuse. Les oreilles, elles aussi sont des coquilles, et le coquillage, je vous l'ai déjà dit est le symbole de féminité. L'oreille est un organe récepteur et pour un observateur imaginatif, je vous l'ai déjà dit, sa configuration n'est pas inintéressante ».

Ce qui est refoulé ne disparaît pas, mais est enfoui dans quelques coins et cherche à resurgir. Nous refoulons toujours et encore, mais ne détruisons pas, nous sommes

obligés de faire renaître les manifestations. Groddeck souligne également que la première chose qui touche le nouveau- né est l'odeur du sang de sa mère et qu'il existe une étroite relation entre le nez et la zone génitale.

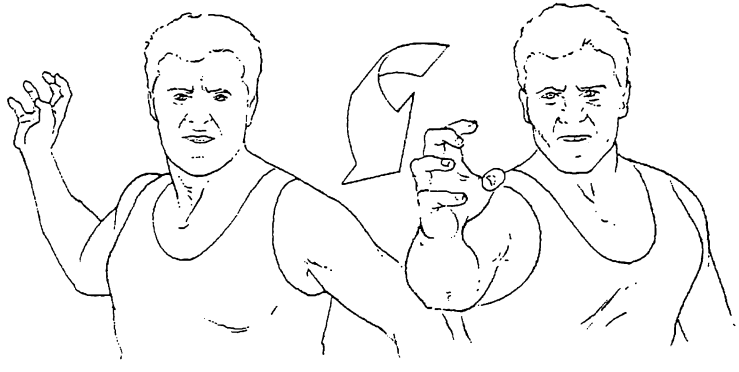
Ces considérations ne sont pas dépourvues de support anatomique : les fosses et les cavités nasales sont tapissées d'une muqueuse érectile, capable de se congestionner, de se gonfler par une arrivée de sang soudaine. Or c'est le même tissu érectile qui compose le pénis ou le clitoris, ce qui tend à confirmer que le nez a une fonction non pas génitale mais sexuelle, érogène. Cette zone érogène, comme les autres, peut donner du plaisir ou du déplaisir selon la stimulation ; il y a des parfums troublants comme des puanteurs repoussantes. A cause de l'odorat, nous nous approchons ou nous nous éloignons de l'objet, du sujet dont émane l'odeur en question. Cette fonction contribue à l'expansion ou à la contraction de l'individu, ce qui est la manifestation de la vie en elle-même.

La muqueuse érectile du nez est responsable des rhinites allergiques, du rhume des foins, qui surviennent précisément au printemps lorsque la nature se réveille. C'est la sexualité réprimée qui s'exprime au travers de telles manifestations allergiques : le nez congestionné donne la preuve du désir, du besoin d'agressivité érotique. L'éternuement est d'ailleurs souvent un signe d'agressivité. Certaines personnes présentent depuis l'enfance une disposition très caractéristique aux rhumes, qui est liée chez eux, au besoin de se protéger d'une crise existentielle en maintenant grâce à la rhinite le contact avec soi.

Donc le nez, selon Groddeck, peut être perçu comme un phallus, comme un organe sexuel. Lorsque s'installe un rhume ou une rhinite, on peut rechercher la cause au

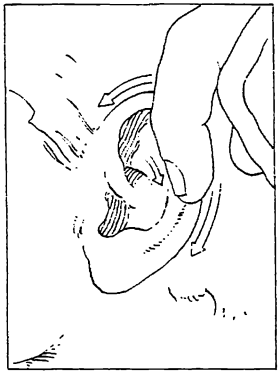
niveau de la dysharmonie sexuelle. L'écoulement du nez compense l'absence ou une mauvaise décharge orgastique qui génère une agressivité non exprimée. Parler du nez, c'est se parler à l'intérieur de soi. Les expressions telles que : « Je ne peux pas le sentir » ou « Je sens qu'il m'a dans le nez » signifient qu'effectivement le nez peut être le siège de l'agressivité due à une frustration sexuelle non exprimée.

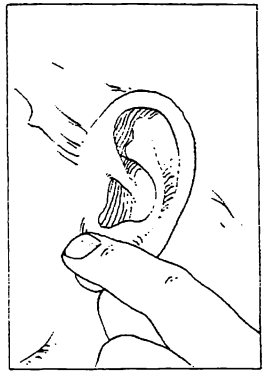
7° L'acting du nez, outre la respiration, consiste à placer le corps dans une position agressive, c'est-à-dire un pied en avant, bien ancré, les bras et les mains font comme s'ils voulaient griffer le corps d'un adversaire. L'inspir et l'expir par le nez se font avec violence, mais à l'expir, le corps se porte en avant pour griffer et durant ce mouvement le patient montre les dents comme un chien qui veut mordre. C'est un acting très violent qui dégage le premier niveau et nécessite d'avoir des mouchoirs à sa portée. L'agressivité exprimée s'associe toujours aux causes.

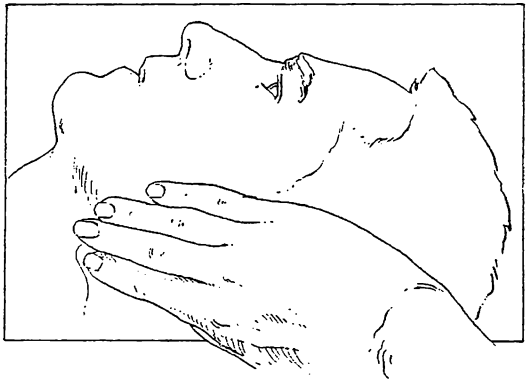


Le troisième élément du premier anneau sont les oreilles. Leurs formes ont la particularité de ressembler à un fœtus lové.

8° Acting : J'utilise un massage des oreilles pour amener une régression émotionnelle. En effet, masser en douceur le pavillon dans ses méandres, puis le lobe. Plaquer le creux de la paume des mains sur les oreilles de façon a ce que le patient se sente isolé, protégé, lui permet de s'abandonner à une régression enfantine. Cette sensation émotionnelle est souvent accompagnée par des souvenirs ou des images mentales qui nous permettent d'enrichir l'étiologie du patient.







Je voudrais signaler une maladie psychosomatique assez fréquente qui est le syndrome de Ménière. Il s'agit d'une manifestation de vertiges qui peut provoquer la

chute, des bourdonnements d'oreilles et même des vomissements. Selon F. Navarro : (19) *« Cette manifestation est à mettre en relation avec l'anxiété provoquée par des tensions sexuelles réprimées et avec le refus des fantaisies et fantasmes sexuels qui insécurise le sujet, lui donne le sentiment de perdre l'équilibre, le contrôle de soi. Les personnes atteintes ont eu en général une perte affective pendant l'enfance et compensent à l'âge adulte par une agressivité retournée contre soi sous la forme du syndrome de Ménière ».*

9° L'acting consiste à renverser le corps et donc la tête en arrière, les yeux ouverts en gardant la tête tournée à gauche jusqu'à ce que le malaise disparaisse. Ensuite, il faut pratiquer la même chose du côté droit. L'ayant expérimenté, je sais que cet acting est très efficace pour retrouver rapidement l'équilibre. Bien entendu il s'agit ensuite de trouver les causes de ce mal être.

La notion de structure segmentaire de la cuirasse musculaire se fonde sur des observations cliniques de plusieurs années. Selon Reich, comme le corps du malade est replié en arrière et que le travail énergétique tend à rétablir les courants plasmatiques du bassin, il faut commencer l'élimination de la cuirasse le plus loin possible du bassin. Ainsi on agit d'abord sur l'expression faciale. La tête est le siège d'au moins deux segments de cuirasse nettement discernables ; le premier comprend le front, les yeux et la région des os maxillaires, le deuxième les lèvres, le menton et la gorge. Le terme de « structure segmentaire » indique que la cuirasse agit sur le devant, sur les côtés et à l'arrière à la manière d'un anneau.

Le premier anneau, l'anneau oculaire, est indépendant du segment oral. La structure segmentaire de ce groupe de muscles ressort nettement du fait que toute action affective

de cette zone se reflète sur tout le pourtour du segment alors que le segment oral reste inchangé. L'écarquillement des yeux dans une grimace de frayeur animera par exemple le front et fera apparaître une grimace sur la partie supérieure des joues, sans réveiller l'impulsion de mordre contenue par l'attitude rigide du menton.

Le deuxième segment

Il comprend la bouche, la musculature du menton, de la gorge, de l'occiput. Ainsi la résolution de la cuirasse du menton provoque la contraction des lèvres et libère les émotions correspondantes qui sont une envie de pleurer ou de sucer. Le réflexe de vomissement peut mobiliser le segment tout entier.

Etant donné que l'ensemble des courants énergétiques ne peut converger dans l'orgasme que si le libre passage est assuré sur toute la longueur de l'organisme, et que d'autre part, les segments sont perpendiculaires à l'écoulement des courants énergétiques, le réflexe orgastique ne saurait s'installer qu'après la résolution de tous les anneaux de la cuirasse. C'est aussi la raison pour laquelle le sentiment de l'unité de toutes les sensations du corps ne peuvent apparaître avant les premières convulsions orgastiques. Ce sont elles qui annoncent l'élimination de la cuirasse musculaire. Les courants énergétiques qui se ruent à travers chaque anneau éliminé de la cuirasse soutiennent puissamment le thérapeute dans sa tâche ; l'énergie libérée qui tente spontanément de s'écouler dans le sens longitudinal se heurte aux segments encore existants, le patient a aussitôt l'impression d'un blocage, impression qui manquait tant que le courant plasmatique se trouvait écarté.

Ces processus traduisent des fonctions primaires du système plasmatique qu'aucun langage humain ne saurait exprimer, mais qui n'en représentent pas moins les faits fondamentaux de l'appareil vital. Comme le soutient Reich, la structure segmentaire de la cuirasse musculaire représente le ver dans l'homme. Les mouvements de ce ver obéissent à des ondes d'excitation qui progressent de la queue vers la tête. A la queue, les ondes prennent naissance, l'une après l'autre, dans un mouvement de déplacement. Les segments se contractent et se décontractent alternativement et rythmiquement. Le mouvement ondulatoire de l'énergie du corps est lent et correspond, par son rythme et son expression, aux excitations affectives de la fonction du plaisir, que nous ressentons subjectivement comme une ondulation.

Dans l'organisme humain cuirassé, l'énergie est bloquée par les contractions musculaires permanentes. Après la réduction d'un anneau de la cuirasse, l'énergie du corps ne se met pas aussitôt à circuler. On observe d'abord des convulsions cloniques, accompagnées de fourmillement et de picotements. Cela indique que la cuirasse se détend et que l'énergie commence à s'écouler. Une véritable sensation d'excitation plasmatique ondulatoire n'apparaît pas avant le dégagement d'un certain nombre de segments et la libération des muscles des yeux, de la bouche et du diaphragme. C'est alors seulement que nous observons des contractions ondulatoires dans les parties dégagées du corps, qui se propagent en direction de la tête et des organes génitaux. Très souvent, l'organisme réagit à ces premiers courants et convulsions par un retour offensif de la cuirasse. Des spasmes de la musculature profonde de la gorge, le renversement des mouvements péristaltiques de l'œsophage, des crampes du diaphragme et d'autres phénomènes de ce genre témoignent du combat qui se

livre entre la poussée du courant de l'énergie et le blocage de la cuirasse. Comme la quantité d'énergie libérée dépasse les possibilités de décharge du patient et que de nombreux spasmes empêchent encore la libre circulation du courant plasmatique, on assiste à des crises d'angoisse aiguë. Ces manifestations confirment le concept de la biophysique énergétique selon lequel le plaisir et l'angoisse sont antagonistes.

L'apparition des courants et sensations énergétiques dès que s'évanouissent les premiers blocages de la cuirasse est un phénomène important sur lequel il convient de s'attarder. En effet, à ce moment-là, la manifestation du lâcher prise se développe. Cependant le reste de la cuirasse l'empêche de se développer et de s'épanouir. On a alors l'impression que l'organisme voudrait se débarrasser des blocages restants par la violence ; pendant ce processus, l'expression rudimentaire « d'abandon » se transforme en haine. En réalité nous avons affaire à une expression de désespoir et de complète frustration. Aussitôt que le sentiment d'abandon se heurte à des blocages empêchant son libre épanouissement, il se change en rage destructrice. Ce processus est typique et nous l'approfondirons plus loin.

Dans ce deuxième anneau, la bouche est à l'origine le siège de la source de plaisir sexuel que représente la succion du sein maternel, plaisir de capter non seulement la nourriture, mais aussi la bioénergie émise avec amour par la mère. Cette double source nourriture-bioénergie, psychoaffective et sexuelle, va conditionner l'être humain toute sa vie, soit il n'y a pas de frustration lors de l'allaitement et du sevrage, dans ce cas la bouche jouera son rôle harmonieux d'élément de plaisir, soit il y a des frustrations et elles engendreront des dépressions caractérielles, dont les symptômes peuvent être la

boulimie ou l'anorexie. La boulimie est une compensation du besoin d'amour, l'alimentation remplaçant le désir et la satisfaction sexuelle. L'anorexie est le déni du besoin sexuel, le refus de s'alimenter.

Le sevrage chez le nourrisson est une phase importante. La rupture abrupte de l'allaitement frustre le nourrisson du plaisir oral et génère chez lui l'angoisse de l'abandon. Même si l'allaitement a été harmonieux, un sevrage abrupt peut amener une frustration orale.

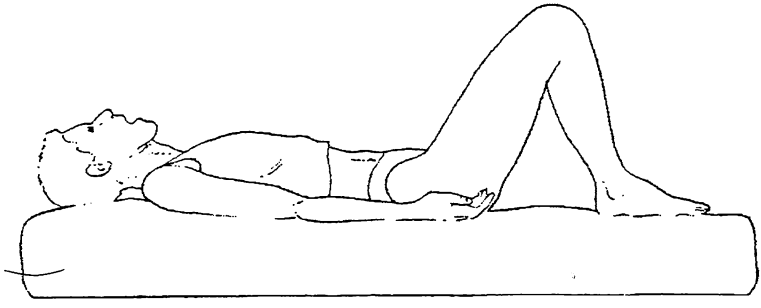
La frustration orale est la base de la construction de la cuirasse orale. Le caractère oral sera toute sa vie dans une frustration affective. Pour lui, « on lui doit de l'amour », car il n'a pas eu sa ration étant nourrisson. C'est, dans ce qu'il ressent intérieurement une impression de vide, de tristesse profonde. Il comblera ce vide par une logorrhée, les mots seront comme autant d'émotions qu'il répand autour de lui. L'oral cachera sa tendance dépressive en fumant, en buvant et même en se droguant, car il refuse sa tendance dépressive et va de l'avant en serrant les dents dans une contraction chronique des muscles masséters. La bouche est l'expression soit de l'amour, soit de l'agressivité. Il sait trouver « le mot qui blesse, la parole qui tue ».

La bouche, c'est aussi un langage somatique qui peut s'exprimer par des aphtes ou de l'herpès sur les lèvres. Ces somatisations proviennent d'un conflit entre le désir sexuel et l'interdiction inconsciente qui refoule ce désir. On supprime le conflit en se créant des impossibilités somatiques. Le bégaiement ou le défaut de prononciation ont aussi leur origine au stade oral.

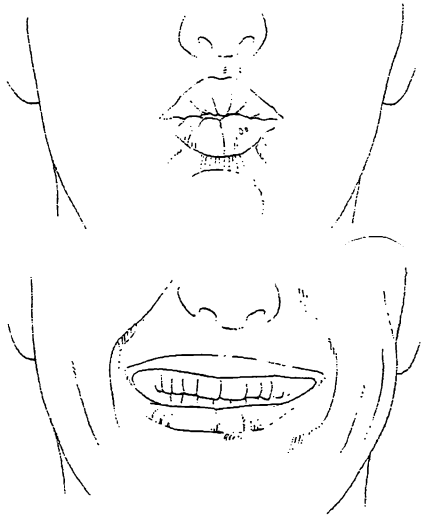
La méthodologie des acting cherche à faire surmonter la problématique de ce deuxième niveau. Lorsque l'acting

qui était au départ douloureux devient agréable, on considère que le sujet a récupéré cette fonction.

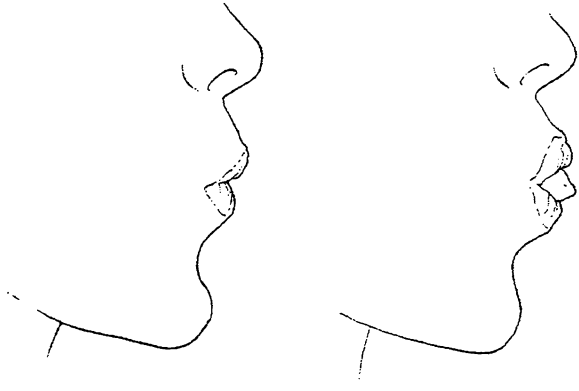
10° Acting : Le corps est allongé sur un matelas, les jambes sont repliées pour que les pieds restent en position d'ancrage, la bouche est grande ouverte et on demande de fixer un point au plafond. Le but est de décontracter les masséters et de dissoudre les stases à ce niveau. Il faut rester le temps nécessaire dans cette position, c'est-à-dire jusqu'à ce que les stases se dissolvent. Cela peut demander plusieurs séances. On remarque la réussite du travail pendant cet acting, lorsque le corps se manifeste par des soubresauts incontrôlés et que les jambes se mettent à vibrer. Cela signifie que les muscles se décontractent et qu'ils laissent passer la bioénergie.



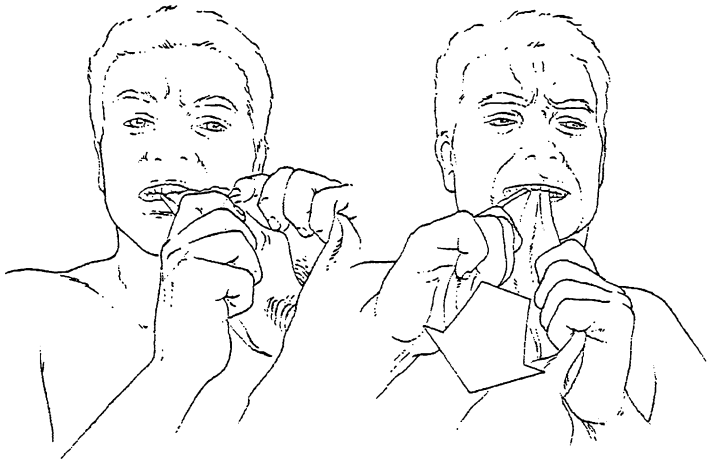
11° Dans la même position, on demande d'avancer les lèvres comme pour téter et ensuite d'ouvrir la bouche en montrant les dents du dessus. Ce mouvement alternatif permet de faire surgir la frustration de la tétée et d'exprimer la rage de cette frustration.



12° Toujours dans cette même position, téter sa langue en mettant les lèvres en avant.



13° Mordiller une serviette, puis la mordre en tirant dessus et en poussant des grognements de rage.



14° Le même acting que le précédent, mais là le thérapeute tient le bout de la serviette et la manie comme lorsque l'on joue avec un chien en lui tenant l'extrémité d'un morceau de bois qu'il a dans la gueule. Les acting avec la serviette sont très violents, en effet ce sont les dents, la mâchoire et les muscles profonds du cou qui sont mis à contribution. Le but est de permettre l'expression de la rage retenue et d'analyser le contenu.

Tous ces acting ont aussi une action sur le menton. Celui-ci a pour fonction de protéger la gorge de toutes les agressions. On trouve des mentons en avant, volontaires et agressifs, d'autres fuyants et mous. A l'extrémité du menton siège souvent une stase douloureuse qu'il convient de dissoudre par un massage approprié, mais le travail sur la bouche contribue déjà à libérer les blocages du menton.

Le troisième segment

Il est surtout localisé dans les muscles profonds du cou, le sous-clavier et le sterno-cléido-mastoïdien. Il suffit d'imiter l'attitude d'un homme qui tente de réprimer sa colère ou ses pleurs pour comprendre la fonction émotive de la cuirasse du cou. La contraction spasmodique du segment du cou inclut aussi la langue. Sur le plan anatomique, les muscles de la langue s'insèrent principalement dans le système osseux cervical. Les spasmes de la musculature de la langue sont en rapport fonctionnel avec le creux du larynx et la contraction des muscles profonds et superficiels du cou. Les mouvements de la pomme d'Adam montrent comment une impulsion de colère ou de douleur est littéralement « avalée » sans que le patient en ait conscience. Ce mécanisme de la répression des émotions requiert un traitement thérapeutique difficile, car on ne peut toucher des doigts les muscles du larynx comme on touche les muscles superficiels du cou. La meilleure manière de remédier à l'« avalement » des émotions consiste à susciter le réflexe de vomissement. Par ce réflexe, la vague d'émotions de l'œsophage vient contrecarrer le mouvement d'« avalement » de la colère et des pleurs. Si le réflexe se développe complètement et que le patient se met à vomir pour de bon, les émotions retenues par la cuirasse du cou sont libérées. Le réflexe de vomissement s'accompagne d'une expansion du diaphragme. Le desserrement de la cuirasse du cou provoque en même temps un certain desserrement des quatrième et cinquième segments de la cuirasse.

Nous sommes incapables d'éliminer la cuirasse d'une manière mécanique, segment par segment, car nous agissons en réalité sur un système vivant unitaire dont toute la fonction plasmatique est entravée par les anneaux

perpendiculaires d'une cuirasse. Néanmoins, le desserrement d'un segment aboutit nécessairement, à la suite du mouvement produit, à la mobilisation des anneaux voisins. C'est pour cette raison qu'il est impossible de décrire le processus d'élimination de la cuirasse musculaire de manière mécanique.

Les yeux, la bouche et le cou font partie des segments prégénitaux. **Le blocage énergétique du cou** touche pratiquement tout le monde. Qui n'a pas ressenti par moments des raideurs cervicales, des douleurs aux mouvements de la tête, voire un torticolis ? Certaines douleurs ou tensions vont jusqu'à gêner, puis limiter de manière chronique les mouvements de la tête, installant une raideur qui se fixe avec l'âge.

Le blocage du cou entraîne une rigidité musculaire qui s'étend de la nuque à toute la colonne vertébrale et est souvent la cause d'une rigidité de caractère. Il provoque l'apparition de l'arthrose cervicale par nécessité de « faire face », car le self contrôle réside dans le cou. En effet, si la neuropsychologie attribue au mammifère humain trois instincts : le sommeil, la faim et le sexe. Ils sont l'expression de l'instinct de conservation qu'on localise précisément dans le cou. Il suffit d'imaginer quelqu'un qui se noie, pour comprendre qu'il doit afin de respirer et survivre, tenir sa tête hors de l'eau en raidissant le cou. « L'ego » ou le « moi » a pour fonction d'assurer la survie, car il est le représentant de l'instinct de conservation. Pour cela, il coordonne les réponses du corps à la réalité extérieure en contrôlant la musculature volontaire. Si on cherche à comprendre en profondeur les raisons de ces contractions musculaires plus ou moins chroniques, on s'aperçoit qu'un muscle qui souffre est un muscle qui a peur. La peur rétracte et inhibe. Les tensions musculaires

chroniques sont le pendant physique de la culpabilité, le résultat des injonctions de l'ego contre certaines émotions ou actions. Les personnes qui en souffrent sont rarement conscientes de leur culpabilité et sauraient encore moins dire pourquoi elles se sentent coupables. La culpabilité, c'est sentir qu'on n'a pas le droit d'être libre ou de faire ce que l'on a envie de faire. De manière générale, c'est ne pas être à l'aise dans son corps, ne pas se sentir bien.

On situe au niveau du cou le narcissisme primaire, c'est-à-dire physiologique. Le narcissisme primaire étant l'exploration du corps et de la sensation de plaisir par l'enfant dans l'auto- érotisme. Sous l'effet de l'éducation, l'enfant inhibe ses impulsions, il n'ose pas les exprimer de peur d'être puni verbalement ou physiquement. La menace du rejet ou du retrait de l'amour parental est pour l'enfant une menace pour sa vie même, ce qui lui fait souvent plus peur encore que l'éventuelle punition corporelle. Il en va alors de sa survie.

L'enfant qui vit dans la peur est tendu, anxieux et contracté. Il souffre et pour éviter de souffrir, il va mettre son corps en sommeil, ce qui supprime en lui la douleur et la peur, car il a emprisonné ses impulsions « dangereuses ». La survie est apparemment assurée mais hélas ! ce processus devient aussi un mode de vie. Plus tard l'enfant grandissant va subordonner le plaisir à la survie, et l'ego qui à l'origine servait le corps dans son désir de plaisir, le contrôle désormais afin de le protéger. Il y a dès lors dissociation entre l'ego et le corps. Cela se structure par une bande de tension à la base du crâne, empêchant ainsi le contact énergétique entre la tête et le corps, entre la pensée et les émotions.

Donc sous l'effet de l'éducation, la répression de ce narcissisme primaire ne fait qu'endurcir la pulsion

narcissique qui se transforme en narcissisme secondaire. Dans ce cas, la partie haute du thorax se gonfle de haine étouffant toute potentialité affective en comprimant le cœur, au sens propre et au sens figuré. Cette position narcissique secondaire handicape la créativité et l'amour. La joie de créer disparaît au profit du plaisir de se faire reconnaître pour acquérir du pouvoir.

On situe dans le cou un surmoi primitif responsable de l'insatisfaction de soi, qui pousse le sujet toujours plus haut, toujours plus rigide, à l'ambition, à la compétition et au carriérisme. Le privant d'humilité et de la possibilité de sentir ses limites, lui faisant confondre dignité avec orgueil, fierté avec vanité. Le blocage du cou provoque une coupure entre la tête et le corps. La tête c'est le cerveau, l'intellect, la théorie. Le corps ce sont les viscères, les sentiments, les mouvements. Le blocage du cou rend rationnel, capable de tout justifier, mais non raisonnable ni capable d'humilité. Il fait privilégier le rôle social à la fonction existentielle, l'idée de vivre pour les autres et non avec les autres. Ainsi on finit par bloquer les émotions, vivre des rôles contre nature, favoriser la technologie contre la science et l'art, contribuer au désastre écologique. Enfin on renonce à l'humour.

Le travail énergétique sur le cou ainsi que l'utilisation des acting suscitent une réaction émotionnelle qui exprime une défense ou un interdit inconscient. Les scalènes, muscles profonds du cou sont responsables de la difficulté qu'ont certains à crier, parfois à avaler, avec une sensation d'étouffement, de boule dans la gorge ou une toux spasmodique. Cette difficulté est due à une éducation répressive.

Il y a une liaison entre le cou qui est le siège du narcissisme et le diaphragme qui est le siège du

masochisme. La manifestation émotionnelle liée au fonctionnement du diaphragme est l'anxiété, en particulier l'anxiété de se dépasser. Les différents niveaux de notre corps étant reliés entre eux, on comprend comment la peur se transmet sans délai, par l'action du système sympathique, sur le plan énergétique, au diaphragme qui se bloque, créant l'anxiété qui n'est autre que la crainte de voir survenir un danger ou une punition. Pour sortir de cette situation insoutenable, le sujet provoque inconsciemment un événement qui, même s'il est désagréable, lui permet de concrétiser l'état d'attente, d'y mettre fin et de reprendre son souffle. C'est la genèse du masochisme.

Le message du Surmoi valorise toutes les émotions qui se situent au-dessus du diaphragme alors que tout ce qui provient d'en dessous est considéré comme vil. Ainsi le diaphragme devient une barrière entre les deux parties du corps au lieu d'être le trait d'union entre le haut et le bas. C'est dans le diaphragme que l'on retrouve toute l'hostilité vis à vis des éducateurs répressifs. Si dans le thorax se situe l'ambivalence, ici, c'est la compulsion à répéter dans l'espoir de trouver enfin le plaisir. Le travail sur le diaphragme permet de faire surmonter cet aspect caractériel.

F. Navarro rattache la partie haute du thorax dans le segment du cou. En ce qui me concerne, je fais une distinction du travail entre ces deux segments. En effet le segment du cou s'est constitué face aux menaces d'atteinte à l'intégrité vitale, c'est aussi le lieu du combat entre le narcissisme primaire et un Surmoi trop présent. Je le dissocie du travail thoracique, néanmoins nous savons que les segments sont liés biologiquement et que la bioénergie ne se découpe pas en tranches. Le travail sur la cuirasse se fait donc dans une globalité car les stases des segments

fabriquent des postures corporelles et c'est l'être humain dans ces postures qui nous intéresse.

A. Lowen décrit dans son livre : « La Bioénergie » des postures. (20)

« La façon de déceler physiquement une fixation tient au port ou à la posture du haut du corps. Il y a plusieurs fixations courantes ; celle que l'on rencontre le plus fréquemment est celle que j'ai appelé le type, cintre à vêtements. On la rencontre presque exclusivement chez les hommes. Les épaules sont haussées, assez carrées, la tête penche en avant. Les bras pendent mollement, les épaules et la poitrine sont gonflées. Je l'appelle cintre à vêtements parce que le corps paraît suspendu à un cintre invisible.

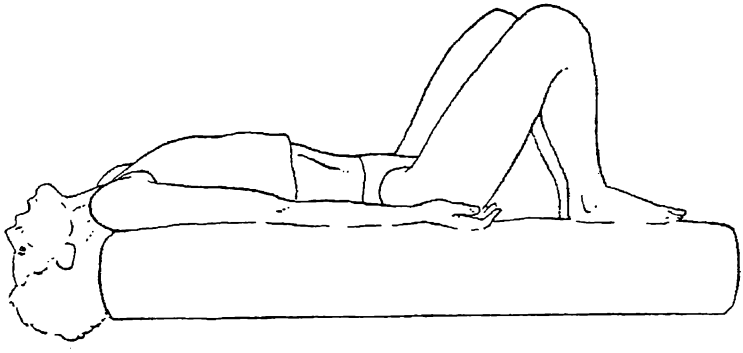
Des épaules habituellement haussées révèlent qu'on est verrouillé dans une attitude de peur. En général la situation qui a provoqué la peur est oubliée et l'émotion elle-même a été refoulée. L'habitude de telle posture ne découle pas d'une seule expérience mais représente une exposition continue à une situation effrayante. Ce pourrait être par exemple, ce qu'a ressenti un garçon qui a eu longtemps peur de son père.

La compensation à cette attitude de peur consiste à amener la tête en avant, comme pour affronter la menace ou du moins voir s'il y a menace. Comme il est dangereux de porter la tête en avant pendant une confrontation physique avec un autre homme, cet aspect de la posture est en réalité une négation de la peur. Elle signifie : « je ne vois rien dont je puisse avoir peur ». Cette posture affecte nécessairement le bas du corps. Lorsque l'on a peur, on marche légèrement. La peur élève a u dessus du sol. Etre effrayé et le nier crée une fixation. On reste immobilisé émotionnellement — nature même d'une fixation ».

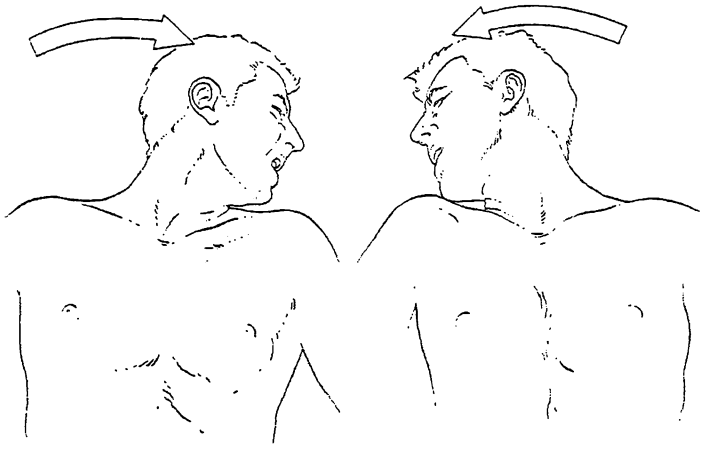
Dans la cuirasse phallique narcissique on rencontre une étiologie similaire avec une négation de la peur dans une posture montrant des épaules carrées, un thorax gonflé et la tête en avant. Il y a anesthésie des émotions du haut du corps et coupure de la bioénergie avec le bas.

Acting concernant le travail du cou :

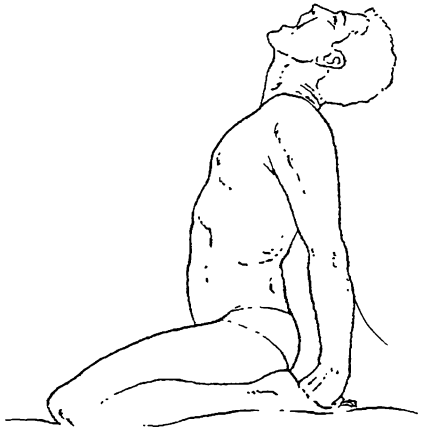
15° En position allongée, les pieds sont en position d'ancrage, on laisse pendre la tête à partir des épaules hors du matelas, la bouche et les yeux sont ouverts. Le but est d'obtenir le lâcher prise des contractions du cou.



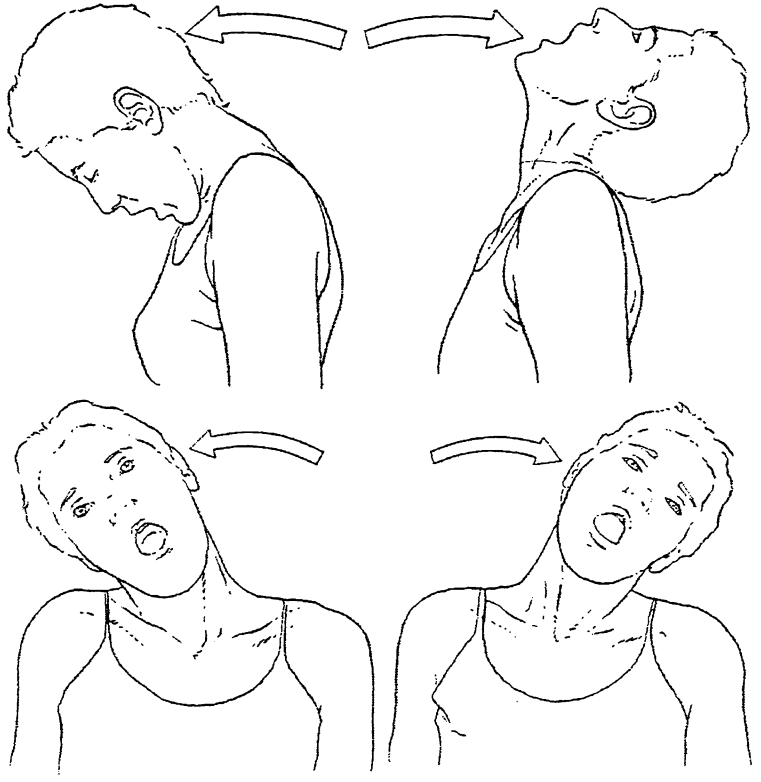
16° En position allongée, les pieds sont ancrés, on tourne la tête de gauche à droite en disant « non ». Ce « non » fait resurgir les images des personnes traumatisantes.



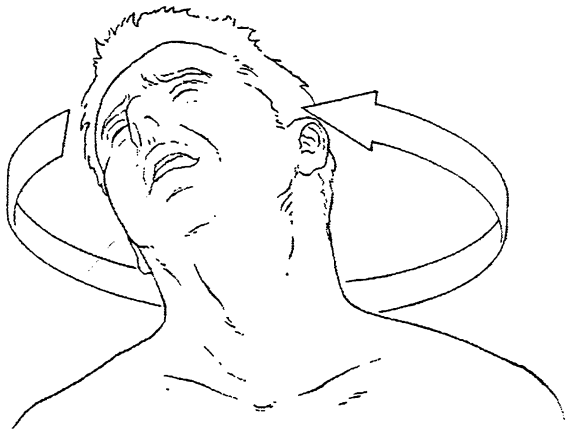
17° En position à genoux, les poings sur le creux des talons, la tête en arrière avec les yeux et la bouche grands ouverts. J'appelle cet acting « Abraham » en souvenir du sacrifice du fils d'Abraham. Cet acting a pour objectif de reconnaître sa peur et de l'analyser.



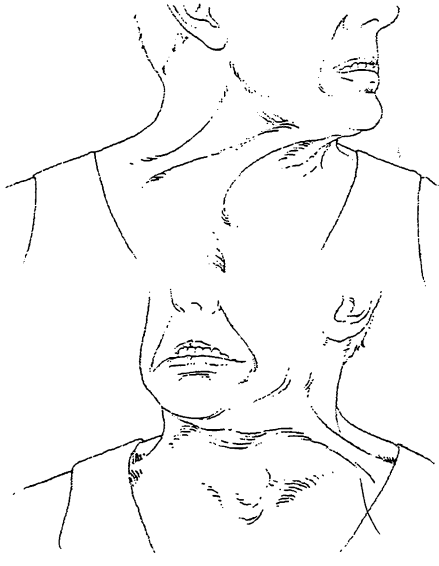
18° On demande de pencher la tête en avant puis alternativement en arrière le plus loin possible, puis de gauche à droite.



19° Faire rouler la tête sur les épaules, très lentement la bouche ouverte.



20° Se mordre la lèvre supérieure avec la mâchoire inférieure et tourner la tête de gauche à droite en résistant comme si quelqu'un empêchait la tête de tourner. Cet acting est particulièrement violent car il mobilise les muscles profonds du cou.



Tous ces acting visent à dissoudre les stases provoquées par des frustrations et des peurs issues de la colère refoulée. Les matériaux qui apparaissent sous forme d'émotions, d'images et de souvenirs, nous permettent de cicatriser les blessures psychocorporelles.

« La bosse de bison représente une fixation fréquente chez les femmes. C'est un amas de tissus qui s'accumule juste en dessous de la septième vertèbre cervicale, à la jonction du cou, des épaules et du tronc. A cause de son aspect, je l'appelle la « fixation en croc de boucher », parce qu'il me semble qu'un corps suspendu à un croc de boucher aurait la même allure.

la bosse se localise là où se répand la sensation de colère : vers les bras et la tête. La présence de cette bosse chez les femmes âgées indique qu'elle représente l'accumulation graduelle de toute une vie. Beaucoup de femmes âgées ont tendance à se rapetisser, à mesure que l'âge avance, elles rentrent en elles-mêmes.

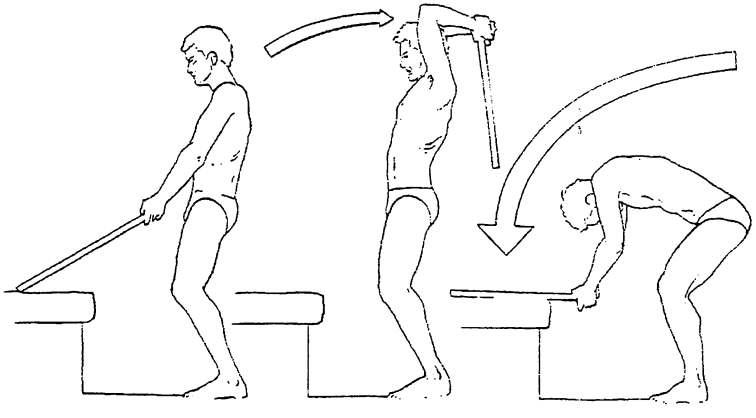
Selon mon analyse, le problème représenté par cette bosse implique un conflit entre une attitude de soumission- c'est- à- dire d'être gentille pour faire plaisir à papa et à la famille- et les fortes sensations de colère dues à la frustration sexuelle qu'implique une telle attitude. L'origine de ce problème se trouve à la période œdipienne pendant laquelle la petite fille se trouve prisonnière de ses émotions conflictuelles vis à vis du père- l'amour et les émotions sexuelles d'une part, la colère et la frustration d'autre part. Cela entraîne une fixation puisque la fille ne peut exprimer sa colère par peur d'être désapprouvée et de perdre l'amour du père, et elle ne peut davantage s'approcher de son père avec des émotions sexuelles car cela mènerait au rejet et à la disgrâce.

Se soumettre à la demande d'être gentille, ce qui implique bien sûr l'acceptation du double standard de

moralité sexuelle, immobilise la femme dans sa pulsion vers le plaisir sexuel ».A. Lowen (20).

Nous rencontrons souvent les personnes ayant une cuirasse de caractère hystérique, possédant la bosse de la colère rentrée. Ce qui est normal dans la mesure où le traumatisme se fabrique à la même période œdipienne.

21° L'acting contre cette bosse de bison consiste à être debout, bien ancré sur les pieds, les genoux déverrouillés, le pelvis en avant, un bâton entre les mains appuyé par terre. Il s'agit dans un premier temps de faire monter émotionnellement la colère en inspirant fortement par le nez et en expirant par la bouche, en serrant les dents et en émettant un grognement de colère. Puis lorsque la personne se sent prête, elle frappe de tout son saoul le matelas avec le bâton, en émettant des sons, des cris de rage.



Suivant les personnes, on obtient des résultats spectaculaires, positifs, libératoires. Pour d'autres il faut de l'écoute pour qu'un climat de confiance permette le lâcher prise et qu'elles s'autorisent à oser exprimer leur

rage. A. Lowen signale, (20) dans son livre « La Bioénergie » une posture de la structure schizoïde que je confirme par mes propres observations.

« Dans la structure schizoïde, il y a rupture du lien entre les fonctions de la tête ou fonction du Moi et les fonctions du corps. Etre fixé par le cou fait quitter le sol. La personnalité schizoïde ne tient pas au sol et le contact de la personne avec la réalité est faible. Mais le plus significatif est que la zone clé de tension de cette structure se trouve à la base du crâne et c'est cette tension qui scinde l'unité de la personnalité. Les tensions musculaires de cette zone forment réellement un anneau à la jonction de la tête et du cou qui fonctionne comme un nœud coulant ».

Il est effectivement remarquable de constater cette stase à la base du crâne.

22° Outre les mouvements habituels du cou, j'utilise la digipuncture qui peut dissoudre cette stase extrêmement douloureuse. Mais au préalable un travail sérieux sur les yeux est indispensable car cette stase à la base du crâne provient de peurs visuelles de la prime enfance et de la non maîtrise de l'espace-temps.

Le quatrième segment est le segment thoracique.

La cuirasse thoracique s'exprime dans une attitude permanente d'inspiration, une respiration superficielle et l'immobilité du thorax. Nous savons que l'attitude d'inspiration est le moyen le plus puissant de bloquer tout genre d'émotion. Les muscles qui participent à la cuirasse thoracique sont les muscles intercostaux, les grands pectoraux, les deltoïdes et les sous-claviers. La cuirasse

thoracique exprime en premier lieu la « maîtrise de soi » et la « réserve ». Les épaules tirées en arrière disent la « retenue ». Conjointement avec la cuirasse du cou, la cuirasse thoracique exprime « dépit et obstination ». La cage thoracique gonflée signifie un sursaut chronique dû aux peurs de la prime enfance. « Il faut que je me maîtrise, pour maîtriser les dangers. » Cette structure est coupée des émotions, car « s'il y a émotions, je ne maîtrise plus ».

Si aucune cuirasse ne l'entrave, le mouvement du quatrième segment est celui de l'entière liberté du courant énergétique ; par contre la cuirasse lui confère un air d'« immobilité » et de « contrainte ».

La dilatation chronique du thorax s'accompagne d'une tendance à l'hypertension artérielle, aux palpitations et à l'angoisse. Les émotions qui ont leur siège dans le segment thoracique sont principalement la « rage », les « crises de larmes », « les sanglots », les « nostalgies dévorantes ». L'individu cuirassé ignore ces émotions naturelles, il avale sa colère et considère les larmes comme « indigne ». Toute manifestation émotionnelle dénote à ses yeux un « manque de caractère ».On rencontre souvent cette structure chez les militaires.

Les émotions plasmatiques du thorax sont le point de départ de la plupart des gestes expressifs des bras et des mains. Les membres supérieurs constituent dans la perspective biophysique les prolongements du segment thoracique. L'artiste capable de développer librement ses aspirations transmet ses émotions directement dans ses mouvements. La cuirasse thoracique est responsable des gestes « embarrassés » des bras et d'une attitude générale de « dureté » et d'« inaccessibilité ».

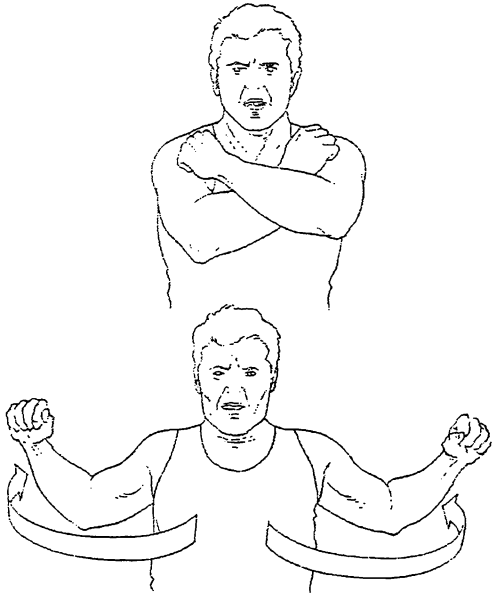
Le rétablissement de la puissance orgastique ne saurait être obtenu sans l'élimination préalable de la cuirasse thoracique et sans la libération des émotions de la colère, du désir ardent et des larmes authentiques. La fonction de

l'abandon est étroitement liée à la motilité plasmatique des segments du thorax et du cou. Même si l'on pouvait mobiliser le seul segment du bassin, la tête, au lieu de retomber en arrière, esquisserait à la première sensation agréable dans la région pelvienne un mouvement défensif en avant.

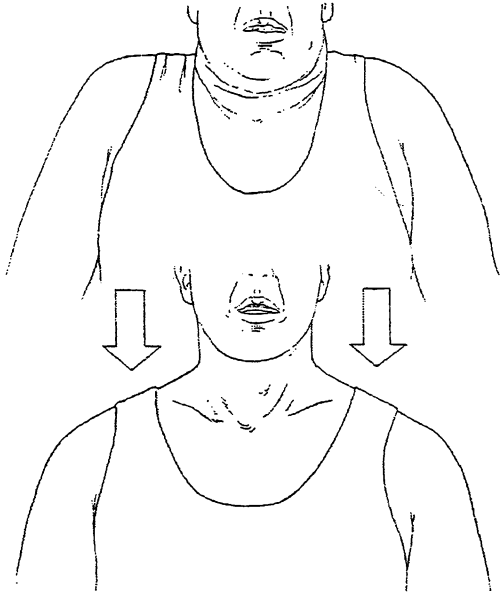
La cuirasse thoracique est la partie centrale de la cuirasse musculaire. Elle s'est formée à l'époque des graves conflits infantiles, longtemps avant la cuirasse pelvienne. On comprend donc facilement que les souvenirs traumatisants des mauvais traitements de toutes sortes, de frustrations d'amour, de déceptions causées par les parents, réapparaissent pendant l'élimination de la cuirasse thoracique. La mise à jour des souvenirs est peu importante si elle n'est pas accompagnée d'émotions correspondantes. L'émotion telle qu'elle s'exprime dans les mouvements suffit pour deviner les misères endurées par le patient. Si la thérapie est poursuivie correctement, les souvenirs émergent automatiquement, car les souvenirs se conservent et les fonctions inconscientes de la mémoire sont tributaires du processus d'excitation plasmatique en action.

La respiration est un moyen de communication et d'expression en dehors de la parole : la tristesse diminue la profondeur du souffle, le plaisir l'augmente. Les anxieux respirent superficiellement, irrégulièrement, en prolongeant l'inspiration aux dépens de l'expiration, toujours incomplète. Il est habituel de trouver une respiration entrecoupée de soupirs en cas d'angoisse, une difficulté à respirer ou une sensation d'étouffement ou d'oppression thoracique en cas de peur.

23° L'acting consiste à projeter violemment vers l'arrière, les poings fermés, les bras.



24° Un travail important des épaules consiste à lever les épaules, puis les laisser retomber violemment.



25° Alternativement rouler les épaules à gauche et à droite de manière à les assouplir.

26° L'acting qui consiste à provoquer les effets du vomissement a pour intérêt bioénergétique de faire se mouvoir l'énergie dans tout le thorax et ainsi de permettre de rejeter le trop plein de colère et de rage. Ce mouvement tend à rétablir la fonction respiratoire et par là même permet de s'ouvrir aux sensations de plaisir orgastique.

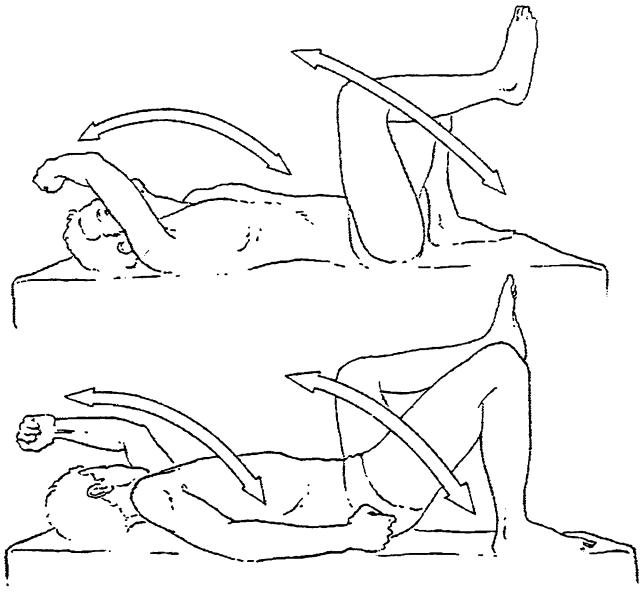
La colère est une émotion fondamentale sur laquelle nous travaillons en Biothérapie, non pas pour la faire disparaître, mais au contraire pour qu'elle puisse s'exprimer. C'est une émotion chaude — on est, dit-on, rouge de colère — qui met la bioénergie dans un mouvement centripète. La colère permet de chasser les peurs et donc d'agir sur l'affirmation du Moi. La colère est la plupart du temps refoulée, anesthésiée, ravalée. Elle nous étouffe, elle nous paralyse comme la peur. L'inconvénient est qu'elle ne peut s'exprimer sans préjudice sur l'environnement et sur les êtres que l'on

aime. Ce n'est pas un sentiment sociable et de ce fait elle nous bloque.

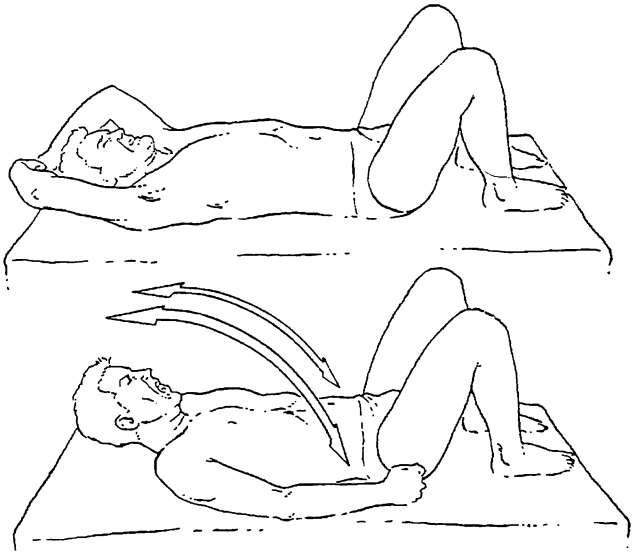
Je conseille souvent à mes patients, outre le travail de l'expression de la colère que nous faisons ensemble, de choisir chez eux, un endroit dans lequel ils pourraient se laisser aller à leur colère en tapant sur le matelas de leur lit par exemple ou en allant dans la nature pour hurler, pour crier leur colère. Cela s'avère très salutaire pour eux et pour leurs proches.

Une autre posture thoracique significative est le thorax sous-développé. Le thorax est étouffé, immature. Ce sont des indurations de stases intercostales qui l'empêchent de se développer et de respirer dans une amplitude normale. Cela est dû à l'influence d'une mère possessive, manipulatrice ou autoritaire durant la prime enfance. La frustration orale entre pour beaucoup dans la construction de cette structure thoracique. Les bras sont souvent grêles et sans puissance. Les mains mal irriguées de bioénergie sont froides et donc appréhendent difficilement le monde extérieur.

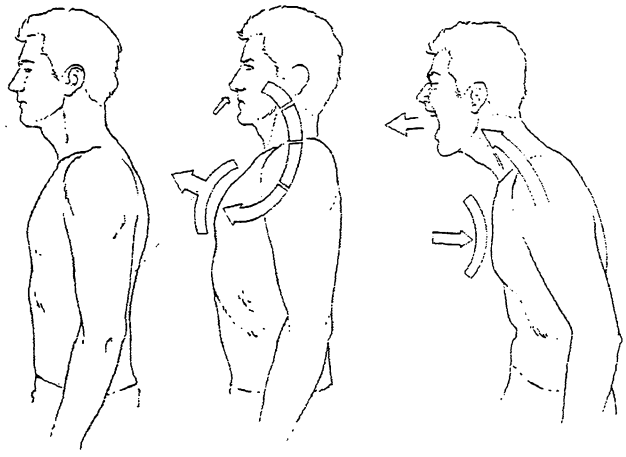
27° Acting. Le travail consiste à l'affirmation du Moi à travers l'acting permettant l'expression de la colère refoulée. Allongé sur le matelas, il s'agit dans un premier temps de frapper des poings et des pieds en même temps, en poussant des cris. Cette colère de petit enfant permet une régression salutaire sur les causes de l'étouffement.



28° En position allongée, les pieds ancrés, on demande de taper des deux poings en criant « non ». Le but est d'affirmer le Moi.



28 B° Respiration thoracique. L'inspiration par le nez se fait violemment par saccades courtes et rapides. On garde un moment l'air dans les poumons, puis on explose en criant. Le but est de rétablir la circulation de la bioénergie thoracique.



28 C° La digipuncture sur les stases intercostales délivre du corset qui enserre le thorax. Un massage des muscles indurés du dos participe à ce soulagement.

Je ne répéterai jamais assez que le travail en Biothérapie est basé sur l'émergence des émotions. Ce sont elles qui toucheront le psychisme d'une part et l'inconscient du noyau énergétique d'autre part. L'acting n'a d'autre but que de libérer le lâcher prise à l'expression émotionnelle. Il n'est en rien mécanique, mais au contraire il favorise l'expression de la douleur psychocorporelle et fait émerger les traces douloureuses inscrites dans le psychisme. Le travail d'un segment a une incidence sur les autres segments et c'est toujours l'homme dans sa globalité psychosomatique dont il s'agit. La libération d'un segment amène toujours des vibrations incontrôlées, des picotements, des petites convulsions somatiques. Cela est dû au fait que l'induration des muscles concernés par le travail, se dissout et ce faisant libère la bioénergie. Un muscle induré est un muscle tétanisé, il est dur et douloureux. L'exemple est la crampe. On comprend combien il est vital de se libérer de ces stases douloureuses

car ces indurations, en bloquant la bioénergie peuvent dégénérer en pathologies graves.

W. Reich soutient que le cancer est le résultat d'un dérèglement de la programmation des cellules, provoqué par le blocage de la bioénergie qui stoppe le processus de la pulsation vitale contraction-expansion. Il écrit dans la « Biopathie du Cancer » : (21)

« Le fonctionnement du processus vital est en principe le même chez l'homme que chez l'amibe. Son caractère principal est la pulsation biologique, l'alternance de la contraction et de l'expansion. L'atrophie biopathique commence par une prédominance chronique de la contraction et l'inhibition de l'expansion du système nerveux autonome.

Elle affecte l'ensemble de certains systèmes d'organes, leurs tissus, le système sanguin, le système endocrinien, la structure caractérielle. L'atrophie biopathique de la carcinomateuse est effectivement la conséquence d'une contraction chronique permanente de l'appareil vital autonome.

Les faits suivants relient la fonction sexuelle à la biopathie du cancer.

1) *Par suite de respiration intérieure défectueuse des tissus la respiration extérieure se fait mal.*
2) *L'activité de recharge bioénergétique des organes autonomes et plus particulièrement des organes sexuels est troublée.*
3) *Les muscles sont affectés d'un spasme permanent (spasmes musculaires).*
4) *L'impuissance orgastique est chronique... Les troubles respiratoires et les spasmes musculaires sont une conséquence directe de la peur acquise de l'excitation sexuelle (impuissance orgastique). Des*

organes mal chargés, spastiques, mal oxygénés, subissent un affaiblissement biologique qui les rend vulnérables à toutes sortes de stimuli cancérigènes.

J'ai souhaité noter dans ce paragraphe de la structure thoracique, ces extraits de l'étude de W. Reich sur la biopathie du cancer, car ils démontrent d'une part l'importance de la respiration pour la pulsation vitale, et d'autre part la relation qu'il y a entre les spasmes musculaires — les stases — et la fonction de l'orgasme. La contraction qui en résulte peut générer la maladie.

Notre noyau énergétique est composé de l'ensemble de nos cellules. L'oxygène que nous respirons alimente essentiellement les cellules. Si l'alimentation est défectueuse, les cellules périclitent et la pulsion d'auto-conservation du noyau perd de sa vigueur permettant toutes les intrusions. Notre système immunitaire périclite.

Le cinquième segment est **le segment diaphragmatique**.

Il s'agit d'un anneau qui englobe le diaphragme et les éléments se trouvant sous le diaphragme ; il est indépendant sur le plan fonctionnel du segment thoracique. Le blocage diaphragmatique peut subsister même après l'élimination de la cuirasse thoracique et le rétablissement des fonctions de la colère et des larmes. La radioscopie met en évidence l'immobilité du diaphragme. Il est évident que les mouvements de la respiration libérée du thorax agissent aussi sur le diaphragme, mais le blocage de ce dernier persiste puisqu'il n'est animé d'aucune pulsation spontanée. Le processus de déblocage

du diaphragme s'opère donc en deux phases distinctes : d'abord l'élimination de la cuirasse thoracique, ensuite le rétablissement de la pulsation spontanée du diaphragme, en nous attaquant à l'expression affective de la cuirasse diaphragmatique, ce qui prouve une fois de plus qu'il est impossible de réactiver des fonctions émotives par des moyens mécaniques. C'est seulement le mouvement biologique expressif qui peut résoudre la cuirasse.

Le cinquième segment est un anneau de contractions comprenant l'épigastre, la partie inférieure du sternum, la ligne des côtes inférieures jusqu'à l'insertion postérieure du diaphragme, c'est-à-dire à la dixième, onzième et douzième vertèbres dorsales. Il englobe le diaphragme, l'estomac, le plexus solaire, le pancréas, le foie et deux faisceaux musculaires à proximité des vertèbres dorsales inférieures. Cet anneau de la cuirasse s'exprime par une lordose de la colonne vertébrale.

Le blocage diaphragmatique est le mécanisme de cuirasse le plus important de cette région du corps. L'élimination de ce segment est une des principales tâches du thérapeute, c'est une entreprise difficile. Si les segments supérieurs sont traités selon les règles de l'art, le blocage diaphragmatique cédera tôt ou tard. Ainsi la respiration forcée et la répétition du réflexe de vomissement orientent l'organisme dans le sens de la contraction orgastique.

Sur le plan théorique, la résistance à la pulsation du diaphragme s'explique : l'organisme se défend contre les sensations de plaisir ou d'angoisse qui apparaissent inévitablement avec les mouvements du diaphragme — cela renvoie le patient à ses parents qui le punissaient pour ses sensations de plaisir — La mobilité du diaphragme est essentielle pour ressentir les pulsations de

plaisir, mais les influences négatives parentales de la petite enfance et plus tard de la puberté, font que le diaphragme s'anesthésie. « J'ai peur de ressentir le plaisir sexuel car je crains la faute et la punition qui en découle, donc je préfère ne rien ressentir ».

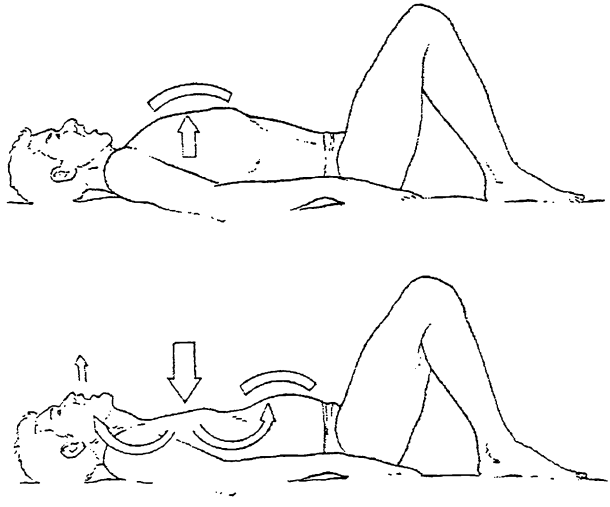
W. Reich. dans « L'analyse caractérielle » écrit : (22)

Une attitude positive et généreuse face à la vie n'est possible que si l'organisme se comporte comme une unité, si les excitations plasmatiques et les émotions correspondantes peuvent circuler librement dans tous les organes et tissus. Il suffit d'un seul blocage de la cuirasse pour que l'expression d'abandon positif se trouve inhibée. Dans ce cas nous avons des enfants qui ne savent pas se donner pleinement à leurs jeux, des adolescents qui ne réussissent pas à l'école, des adultes marchant comme des automobiles avec le frein à main serré. L'observateur a l'impression de se heurter à la paresse, à l'entêtement, à l'incapacité complète. De son coté la victime d'un blocage a l'impression d'échouer malgré tous ses efforts.

Traduisons cela dans le langage de la matière vivante. L'organisme commence sa carrière biologiquement, d'une manière parfaite : tout en lui est mouvement et abandon. Mais les excitations orgonotiques (bioénergie) se heurtent dans leur écoulement à travers l'organisme, à des inhibitions ; par conséquent, l'expression d'activité joyeuse se transforme en attitude de refus automatique : Non je ne veux pas ! L'organisme proclame ainsi qu'il ne se tient pas responsable de ses échecs

La non mobilité du diaphragme vient de ces inhibitions qui créent un blocage bioénergétique. Les acting pour rétablir la fonction du diaphragme dans la perception des sensations de plaisir sont :

29° En position allongée, les deux pieds ancrés, on doit inspirer par la bouche en gonflant au maximum le thorax et expirer violemment en poussant l'air dans le ventre. Celui-ci doit se gonfler comme un ballon. Cette respiration doit être rapide comme le halètement d'un chien. Lorsque la tête commence à tourner, on cesse un instant puis on reprend la respiration. L'avantage de cet acting, c'est qu'il met en mouvement le thorax, le diaphragme et l'abdomen. Il crée un lien dynamique entre ces trois segments permettant une poussée de la bio énergie vers le pelvis.



30° Pour le travail sur la diaphragme, j'utilise également la technique du rebirth, cette technique d'hyper ventilation permet de dépasser les résistances et fait resurgir des images que l'on peut exploiter dans l'étiologie du patient.

31° Le réflexe du vomissement élimine la stase du segment diaphragmatique. Le vomissement est accompagné d'une convulsion du corps, d'un repli rapide de l'épigastre avec une poussée en avant de la tête et du

bassin. Ce mouvement du corps, lors du vomissement, se retrouve dans le réflexe de l'orgasme.

Le sixième segment, c'est l'abdomen

Le langage populaire localise les peurs dans l'abdomen. Les expressions « la peur au ventre », « le ventre noué » démontrent que l'abdomen est réceptif à la contraction provoquée par le danger extérieur. Une grande frayeur peut entraîner un relâchement des sphincters et une diarrhée. La sangle abdominale indurée risque de couper la relation bioénergétique entre le haut et le bas du corps. Je prendrai encore l'exemple du militaire qui le torse bombé, la tête bien rigide, le ventre sanglé d'abdominaux à toutes épreuves, est coupé de ses émotions et peut éventuellement tuer sans état d'âme.

Le spasme des grands muscles abdominaux s'accompagne de la contraction spasmodique des muscles latéraux qui se développent à partir des côtes inférieures jusqu'au bord supérieur du bassin. Quand on les palpe, ils donnent l'impression de faisceaux rigides sensibles au moindre contact. Sur le dos, ce segment correspond aux muscles longeant à cet endroit la colonne vertébrale. Le relâchement de l'abdomen comme du diaphragme permet de ressentir le plaisir sexuel. L'un des problèmes de non satisfaction sexuelle provient d'une contraction incontrôlée de l'abdomen.

C'est dans les muscles lombaires contractés que se situe la peur d'être attaqué, de la même manière que dans les muscles du cou l'on trouve la défense narcissique : ils sont tendus comme un arc, prêts à contre-attaquer. On repère là l'importante liaison fonctionnelle entre l'oralité — la bouche — et le diaphragme. C'est à ce niveau que se situe la physiologie des intestins et des

reins. Lorsque, au moment du sevrage, le nouveau-né se voit privé du plaisir que lui procure le sein au niveau de la bouche, la zone de plaisir se déplace à l'autre extrémité de l'appareil digestif, l'anus, avec la possibilité pour lui de retenir ses selles. Si en ce qui concerne la tétine et le pouce dans la bouche, la mère peut intervenir directement, l'intervention est déjà plus difficile quand il s'agit de la rétention des selles. C'est ainsi que chez l'enfant se développe le sentiment d'indépendance qu'il associe à la gestion volontaire de ses éliminations. Mais avec la pseudo éducation des sphincters, l'enfant perd ou craint de perdre cette souveraineté et souvent il la perd. Se plier au rythme imposé par l'éducation signifie alors, pour lui, accomplir un acte de complaisance vis à vis de l'adulte. L'enfant se trouve obligé de se débarrasser de ses selles non pas quand il le désire, mais quand les adultes l'exigent. Pour parvenir à ce chantage, les adultes disposent de gratifications, bonbons, caresses ou autre ; l'enfant associe alors les selles à une possession, une valeur et ce sera plus tard l'association avec l'argent.

Les colites spasmodiques sont souvent d'origine émotionnelle. Il en est de même pour la constipation, la diarrhée chronique ou l'alternance de ces deux manifestations abdominales. Elles peuvent être également l'aggravation de somatisations déjà installées.

Pour Lowen, le schéma dynamique de la diarrhée est le suivant : frustration des désirs oraux de dépendance orale, agressivité, sentiments de culpabilité avec anxiété = blocage diaphragmatique, compensation de l'agressivité orale par le besoin urgent de donner et d'agir, tout cela provoque la diarrhée.

En ce qui concerne la constipation, on la retrouve souvent chez les sujets anxieux et déprimés,

extérieurement tranquilles mais intérieurement tendus et découragés : « Ne pouvant rien attendre des autres, je n'ai aucun besoin de donner et au contraire, je dois conserver ce que j'ai », se disent-ils. Il a été démontré que le colon répond aux stress émotionnels, soit par une augmentation péristaltique et une diarrhée, soit par sa diminution et la constipation.

La personne atteinte d'hypomotricité intestinale provoque cette situation par crainte d'une agression. Intérieurement convaincue du sentiment de la défaite, elle se fatigue facilement, est en proie à des maux de tête et à une angoisse hypocondriaque. De toute évidence, ce sont le diaphragme et le système neurovégétatif qui sont impliqués dans ce cas. Sur le plan psychologique, la personne atteinte de constipation est en état conflictuel, elle désire profondément « ne rien changer », afin de garder le statu quo lui permettant de masquer l'angoisse provoquée par sa propre agressivité. La constipation serait l'expression du désir de « tenir dur », de devoir garder « ce que l'on a », ceci tant au sens propre qu'au sens figuré. En général ces constipations sont dues à l'anxiété induite par « l'éducation des sphincters ». En thérapie un tel sujet oppose souvent une résistance tenace et il manifeste l'agressivité qu'il redoute en mettant le thérapeute en difficulté.

En ce qui concerne les diarrhées fonctionnelles, elles sont l'expression d'une angoisse aiguë, vécue par une personne se trouvant dans une situation où elle se sent soumise à une demande excessive ; elle pense alors se déculpabiliser en « donnant ».

La colite spastique (colon irritable) se manifeste par des douleurs météoriques chroniques à l'abdomen. Il s'agit de troubles fonctionnels liés à une dépression réactive, à

une déception, à une insatisfaction permanente en même temps qu'à un manque d'espoir. L'individu a la sensation qu'à l'intérieur de son corps réside quelque chose de « méchant ». C'est une catégorie où l'on rencontre une majorité de femmes qui montrent une personnalité compulsive obsessionnelle associée à une tendance dépresive.

La recto-colite ulcéro hémorragique est l'une des maladies fonctionnelles, c'est-à-dire psychosomatiques, des plus graves. Les stress et les conflits psychologiques influencent le déroulement de la maladie. La symptomatologie est accompagnée d'une perte de sang qui provoque une anémie. Dans ce cas l'irritabilité du système parasympathique est encore plus forte. La base de la personnalité d'un sujet atteint de cette maladie est obsessionnelle. Il est très sensible au refus tranchant, ce qui le conduit à une hostilité développant chez lui des caractéristiques paranoïaques. Comme il réprime son agressivité, il est extrêmement dépendant et passif. L'expression de ses sentiments est déficitaire même quand son comportement révèle des émotions fortes. Il n'est pas rare de noter que ce sujet a eu ou a encore une relation fusionnelle avec sa mère ou toute personne ayant représenté la mère qui a été ou est encore une personne autoritaire, rigide, punitive, moraliste, froide.

Les symptômes apparaissent en général avec constipation suivie de crampes intestinales et de diarrhées accompagnées de pertes de sang et de maux de tête. On sait que les maux de tête sont le signe de l'hostilité et de la peur — blocage des yeux — Tout cela souligne le caractère psychosomatique et non pas somatique de cette affection. Les maladies psychosomatiques sont le langage

du psychotique, alors que les somatisations sont les métaphores des conflits névrotiques. Le déclenchement de la maladie fait souvent suite à un stress de séparation ou à la perte de l'objet d'amour car le sujet est en proie à la crainte d'être privé de sa sécurité intérieure. Ceci est en liaison avec le sentiment de culpabilité provoqué par l'hostilité qu'il nourrit envers cet objet d'amour et aussi avec le sentiment de déception qu'il ressent vis à vis de lui-même.

Pendant la thérapie, le thérapeute est vécu fantasmatiquement comme la personne la plus importante, mais exigeante et constructive : le sujet cherche alors une relation thérapeutique où il pourra se sentir contrôlé — anxiété de perdre le contrôle des sphincters = abdomen — et dominé par lui -masochisme = diaphragme — Le thérapeute devra savoir garder la distance car le côté hystérique de ce malade est une couverture et dans ce cas le soin comporte des responsabilités affectives très intenses et dangereuses. Ici la biothérapie vise à construire un Moi fort. Par conséquent, le travail sur les trois premiers niveaux, les prégénitaux, sera soigneux et très intensif.

L'appendicite chronique a été diagnostiquée, il y a quelques années avec une fréquence exagérée : plus de 50 % des cas opérés ont démontré à l'examen histologique que l'intervention était inutile, pour l'ensemble de ces cas, il s'agissait de troubles fonctionnels. Ces troubles sont des manifestations où le blocage abdominal joue un rôle très important. La fréquence des interventions chirurgicales abdominales provient du désir illusoire d'éliminer des troubles psycho-fonctionnels neurovégétatifs par l'ablation de « l'épine d'irritation ». Or ce n'est en fait que la partie visible de l'iceberg dont la base est le trouble émotionnel. Ces cas d'indigestion nerveuse devraient être du ressort de

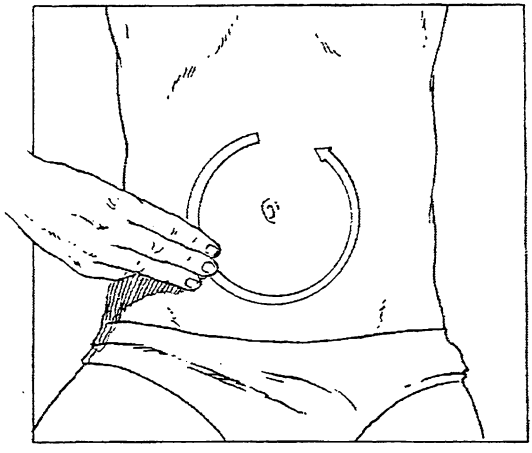
la psychothérapie car ils correspondent à des sujets reportant sur l'appareil digestif une sexophobie liée à des sentiments inconscients de culpabilité. Cette culpabilité provoque très souvent une anxiété contrôlée par le sujet, ce qui engendre une ambivalence affective liée à la liaison fonctionnelle avec le bassin (7ème niveau). Ce sont des personnes, qui, très souvent ont vécu dans un milieu familial pauvre en chaleur affective et dont la coloration éducative a été axée vers le devoir, la responsabilité et l'autonomie précoce. Tous ces éléments vont produire un être qui retient dans son for intérieur des affects douloureux, qui a une peur démesurée de se tromper et qui bloque une bonne partie de son potentiel d'énergie dont l'utilisation satisfaisante pourrait alimenter un sentiment d'amour. Pour cet être là, l'amour est ressenti comme une faiblesse, une soumission, et non comme un échange dont l'aboutissement serait un enrichissement réciproque, tant émotionnel que psychologique. Ces individus sont méfiants, très critiques et cette tendance les porte plus volontiers à mener une vie solitaire. Au cours de la thérapie, on découvre chez eux un noyau d'homosexualité inconsciente lié à l'image de la mère qu'ils cherchent à récupérer. Dans ces cas, il y a obligatoirement une base orale refoulée, retenue à travers une rage chronique et dont le sujet est inconscient, accompagnée d'une situation dépressive. Dans tous les cas, les parents ont été ou trop ou trop peu soucieux ; ou encore la sollicitude est venue dans un second temps, plus motivée alors par leur sentiment de culpabilité que par une attention réelle portée à l' enfant.

Dans la névrose gastrique et l'ulcère, il y a des désirs inconscients d'appropriation et d'assimilation que le sujet ne veut pas reconnaître : il s'agit en fait d'un fort besoin d'affection, du désir d'être apprécié et d'avoir quelqu'un qui prend soin de lui en le « nourrissant ». Dans le même

temps, il lui est impossible d'admettre ce besoin. Il cherche alors une compensation en montrant beaucoup d'énergie et éprouve le besoin de se mettre à l'épreuve. Il ne peut tolérer l'état de dépendance, pas plus que le fait de rester inactif. Son estomac est surchargé par ces besoins inconscients qui s'ajoutent à la fonction physiologique. C'est ainsi que, dans cet état de tension, la digestion devient pénible ou la sécrétion excessive.

Dans les troubles intestinaux, l'individu a inconsciemment le sentiment d'avoir le droit de prétendre recevoir quelque chose de la part des autres, « parce qu'il a toujours donné tout ce qu'il devait ». Dans le même temps, il ne se sent ni coupable ni inférieur du fait de ces prétentions, puisqu'il a la conviction d'avoir toujours donné quelque chose en échange. Selon F. Navarro la prévention psychopédagogique consiste à donner beaucoup et à attendre peu de l'enfant pendant toute la période anale, ainsi il apprendra peu à peu à gérer les mouvements de l'intestin sans donner une valeur exagérée à ses selles. Il ne faut pas oublier que c'est pendant cette période que s'installe l'ambivalence entre donner et refuser. Dès cette époque de la vie, dans l'inconscient, alors que d'un côté l'enfant voudrait donner, d'un autre côté le discours qu'il se tient est : « je vous hais et je tiens plus à mon confort et à ma satisfaction qu'à votre prétendu amour ». Ainsi s'installent et peuvent demeurer des sentiments fortement hostiles derrière une apparente capacité à aimer. L'être humain qui n'a pas eu l'occasion de régler cette problématique et qui la gère à force de contrôle, peut avec les années, se trouver face à des troubles intestinaux qui ne sont alors que des somatisations.

32° Acting : c'est un massage de l'abdomen. Masser avec trois doigts en pressant dans un sens giratoire contraire à l'aiguille d'une montre. Il est nécessaire de partir de la périphérie de l'abdomen pour aller vers le centre, en un cercle concentrique. Ce massage permet le relâchement des abdominaux et il est très efficace en cas de constipation.



33° Acting qui consiste en une respiration que j'appelle « la respiration de la vague ». Toujours en position allongée, les pieds ancrés, on respire la bouche ouverte en laissant tomber la mâchoire. L'inspir ventral consiste à gonfler le ventre en basculant le bassin en arrière (comme en cambrant les reins), l'expir consiste à rentrer le ventre en basculant le bassin en avant (on plaque les reins au sol). Cette technique acquise, la respiration se fait en quatre temps : Inspir ventral, (bassin en arrière), inspir thoracique. Expir ventral, (bassin en avant), expir thoracique. C'est une respiration profonde de tout le corps. L'air est jugulé par les lèvres pour permettre d'aller très lentement et en profondeur. Le but est de relaxer tous les muscles qui participent à cet acting et de ce fait permettre l'écoulement de la bioénergie entre le haut et le bas du

corps. De plus, pris par la technique, la pensée s'écarte des ruminations mentales. Et enfin l'apport supplémentaire d'oxygène alimente les cellules et permet d'entrer dans les ondes alpha de la somnolence. Cette respiration est très efficace pour s'endormir béatement. En Biothérapie, tous les acting se font absolument la bouche ouverte. Lorsque la bouche est fermée, on serre les dents et c'est une résistance à l'expression émotionnelle.

L'élimination du sixième segment est moins difficile que celle de tous les autres. Elle ouvre la voie au septième segment.

Le septième segment est le segment pelvien

Selon la théorie reichienne, ce segment est l'aboutissement de l'ouverture des six autres segments. La fonction de l'orgasme harmonieuse ne peut avoir lieu que si tous les segments sont débarrassés des stases qui les empêchent de jouer leur rôle.

« La cuirasse du segment pelvien comprend pratiquement tous les muscles du bassin. Le bassin est rétracté et fait saillie au dos. Tous les muscles au dessus du pubis sont douloureux, de même que les adducteurs superficiels et profonds. Les fessiers sont douloureux, le bassin semble mort et sans expression. Ce manque d'expression est l'expression émotive de l'asexualité.

Il existe aussi une angoisse pelvienne spécifique et une colère pelvienne spécifique. De même que la cuirasse des épaules, la cuirasse du bassin contient les émotions de l'angoisse et de la colère. L 'impuissance orgastique crée des tendances secondaires consistant à se procurer par la force des satisfactions sexuelles. Les sensations de plaisir se transforment inévitablement en impulsions de colère

parce que la cuirasse ne permet pas le développement de mouvements involontaires, de convulsions dans ce segment. Le malade est alors en butte à une sensation pénible comme s'il devait aller jusqu'au bout, sensation qui mérite pleinement le qualificatif de sadique. Comme partout dans la matière vivante, le plaisir inhibé se transforme en colère, et la colère inhibée en spasmes musculaires. Quel que soit le degré d'élimination de la cuirasse pelvienne, quelle que soit la mobilité du bassin, aucune sensation de plaisir ne pourra naître dans cette région tant que la colère retenue dans les muscles pelviens n'a pas été libérée. Comme dans les autres segments, on observe aussi dans le bassin une « palpitation », une « tentative de percer » qui se manifeste par des mouvements oscillatoires. L'expression correspondante, mis à part la colère, est une expression de mépris : mépris du bassin et de tous ses organes, mépris de l'acte sexuel et plus que tout mépris du partenaire sexuel. La vie amoureuse de l'homme moderne est teintée de colère, de haine, de mépris et d'impulsions sadiques. Au plan affectif, il n'existe pas de sensation ou d'excitation ; de nombreux symptômes pathologiques viennent compléter ce tableau.

Citons parmi les plus importants : la constipation, le lumbago, toutes sortes de tumeurs et végétations du rectum, l'inflammation des ovaires, des végétations de l'utérus, des tumeurs bénignes, l'irritabilité de la vessie, l'insensibilité vaginale, l'insensibilité superficielle du pénis, l'inflammation de l'urètre. Chez la femme on observe souvent la leucorrhée, chez les hommes, l'impuissance érectile et l'éjaculation précoce. La femme affectée d'anorgasmie souffre parfois d'insensibilité vaginale complète ou de vaginisme.

La technique de l'orgonothérapie nous a montré qu'au fond de l'animal qu'est l'homme, il existe encore la forme du ver. La structure segmentaire des anneaux de la cuirasse nous en fournit la preuve. L'élimination de cette cuirasse segmentaire libère les mouvements expressifs ainsi que les courants plasmatiques sans rapport avec l'anatomie des muscles et des nerfs. Ils sont plutôt comparables aux mouvements péristaltiques d'intestin, d'un ver, d'un protozoaire

L'appareil ganglionnaire le plus étendu et le plus important du corps humain est situé au milieu du dos. Poussons l'analogie de ressemblance avec la méduse. L'appareil nerveux central de la méduse se trouve au milieu du dos, comme le plexus solaire chez les vertébrés. Lorsque la méduse se déplace, les deux bouts du corps se rapprochent et s'éloignent l'un de l'autre dans un mouvement rythmique. Les mouvements expressifs du réflexe de l'orgasme sont fonctionnellement identiques à ceux d'une méduse vivante qui nage. On retrouve ces mouvements expressifs du réflexe de l'orgasme lors de l'éjection du frai chez les poissons et du sperme chez les animaux supérieurs.

La convulsion orgastique est ponctuée d'une excitation maximale que nous ressentons comme un plaisir. Ainsi, le mouvement expressif du réflexe orgastique représente-t-il la mobilisation actuelle d'une forme de mouvement biologique dont les origines remontent jusqu'à la méduse »

Concernant cet extrait tiré de « L'analyse caractérielle » par W. Reich, je voudrais intervenir sur trois points :

1) Le réflexe orgastique ondulatoire remonte aux temps primordiaux où la vie n'était que marine. Cette constatation appuie ma théorie selon laquelle la mémoire

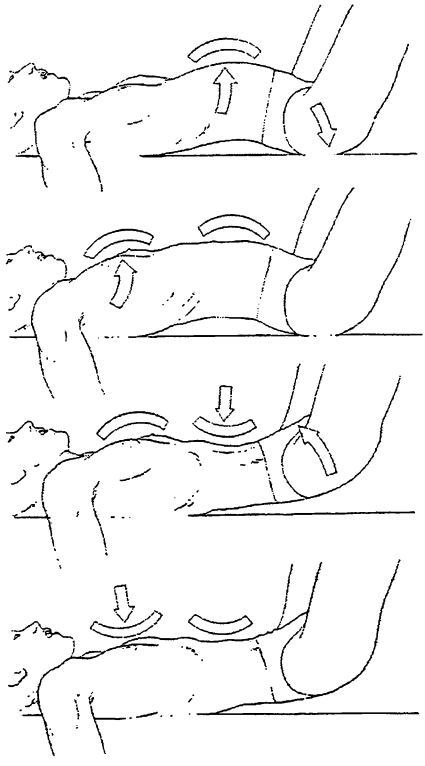
de notre passé archaïque serait ancrée dans notre noyau énergétique. Si on admet ce point de vue, on peut aussi admettre que cette mémoire remonte au Big-Bang et que l'explosion orgastique garde la trace de l'explosion initiale. La peur de l'orgasme, c'est la peur du chaos émotionnel. La peur de cette « petite mort » bloque tous les muscles pelviens, surtout si la strate négative du noyau énergétique et le psychisme sont alimentés par des interdits parentaux.

2) L'absence du réflexe ondulatoire bioénergétique crée la frustration. C'est alors qu'apparaît la colère contre cette impossibilité de satisfaction orgastique ; cette colère inhibe le plaisir et par voie de conséquence le désir. D'où création de tendances secondaires négatives comme le sadisme, tendance destructrice de la vie. Seule la sensation de plaisir que procure la convulsion orgastique peut permettre de dépasser sinon d'effacer cette peur initiale.

3) Il est vrai comme le dit W. Reich, que la vie amoureuse de l'homme moderne n'est pas satisfaisante. Je n'ai jamais rencontré de couples ou d'individus pleinement heureux dans leurs amours. Cela est dû, je pense, à ce que l'être humain n'est pas suffisamment dans l'acceptation de l 'autre, c'est-à-dire, dans l'acceptation de l'autre comme sujet autonome. L'être humain préfère forger l'autre à son image narcissique névrotique et en faire un objet dépendant. **Toutes les souffrances psychologiques et donc corporelles viennent des attentes du désir de l'autre.** Je ne dirais pas comme les Bouddhistes : « Supprimons les désirs, nous supprimerons la souffrance ». Non, mais supprimons les attentes d'un lendemain, d'une vie que l'on croit éternelle, essayons de vivre le présent dans l'ici et maintenant et la qualité de la vie prendra un goût différent. On dit que l'éternité est dans l'instant présent. La dimension affective de l'homme est primordiale. Il s'agit d'être à l'écoute de ses sentiments. L'éros demande à ne pas considérer l'autre comme un être

d'énergie dans lequel je vais puiser à satiété. Il est important de se poser la question : « Que suis-je capable moi, d'apporter à l'autre ? » Le monde est dans une telle demande affective et sexuelle qu'il est difficile de voir l'autre autrement que comme « l'objet à croquer ».

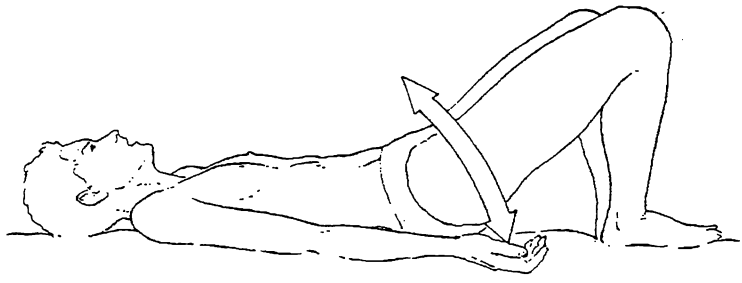
L'amour est une complémentarité dans les énergies Yin et dans les énergies Yang. Cet échange se fait sur le plan sexuel, émotionnel, spirituel, matériel, intellectuel. Cela fait beaucoup de choses à accorder, d'où la difficulté à trouver l'âme sœur. Il est vrai qu'une bonne entente sexuelle permet de relativiser les autres aspects et l'inverse laisse toujours une frustration et donc une colère. D'où l'importance d'un travail thérapeutique pour rétablir une bonne fonction de l'orgasme. Si on suit les préceptes reichiens le travail sur le segment pelvien est l'aboutissement du travail des autres segments. Pourtant dans mon vécu de Biothérapeute, j'ai rencontré des personnes ayant des orgasmes satisfaisants mais étant par ailleurs angoissées. Je ne nie pas la primordialité de la fonction de l'orgasme, mais j'ai pu constater que la charge bioénergétique trop importante peut susciter des angoisses, au contraire une décharge trop importante provoque un état dépressif. Donc même si la fonction de l'orgasme est harmonieuse, elle n'est pas suffisante au bien-être si elle n'est pas reliée à une autorégulation sexuelle. Cette dernière n'est pas toujours prise en compte dans la vie quotidienne.



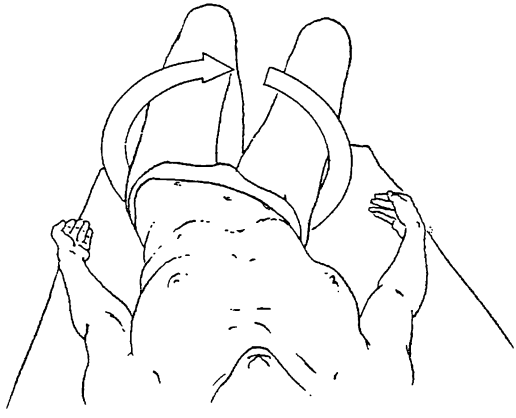
34° Acting. Nous avons vu que la colère est inscrite dans les muscles du bassin et que cette colère inhibe le plaisir. Le but des acting qui vont suivre consiste à mettre les muscles du bassin en stress pour faire exprimer la colère et le plaisir et de ce fait dissoudre les stases. Ils ont pour but aussi de laisser exprimer le plaisir, ce qui n'est pas le plus facile étant donné le blocage culturel à ce sujet. La respiration de la vague décrite au précédent segment convient parfaitement à cet anneau pelvien. Le lâcher prise des muscles pelviens provoque le réflexe orgastique tant attendu.

35°Acting. Allongé par terre sur le tapis, les jambes repliées, les pieds ancrés : tapoter le sol avec les fesses par

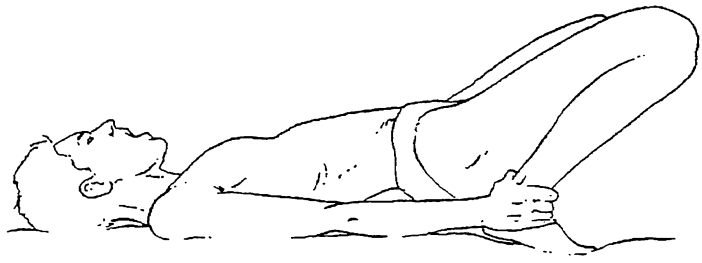
petits coups fermes, les vibrations provoquées dans le bassin visent à dissoudre les stases musculaires.



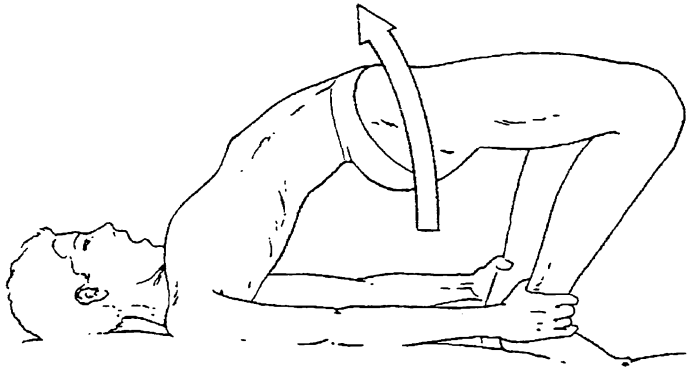
36° Acting. Toujours dans la même position, faire un mouvement de rotation avec le bassin en frôlant le sol avec les fesses, laisser sortir les sons de la gorge. Oser l'expression de plaisir.



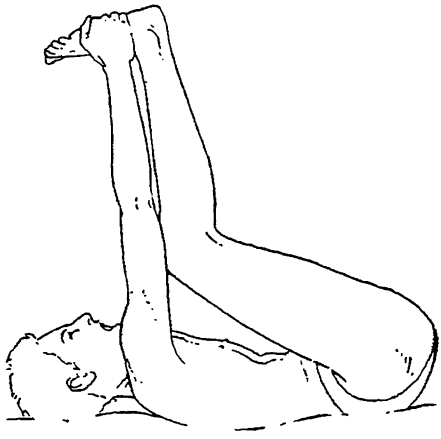
37°Acting. Toujours dans la même position, soulever le bassin et prendre les chevilles ancrées dans ses mains. Cet acting génère la colère vu l'impossibilité de la mobilité.



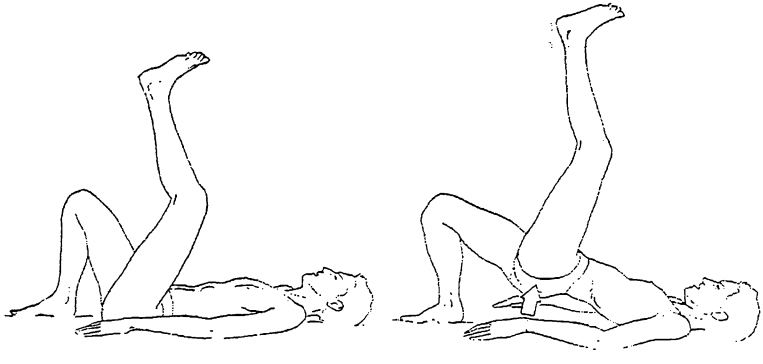
38°Acting. Même position que la précédente, mais envoyer des grands coups de bassin en l'air en laissant sortir sa colère par des cris.

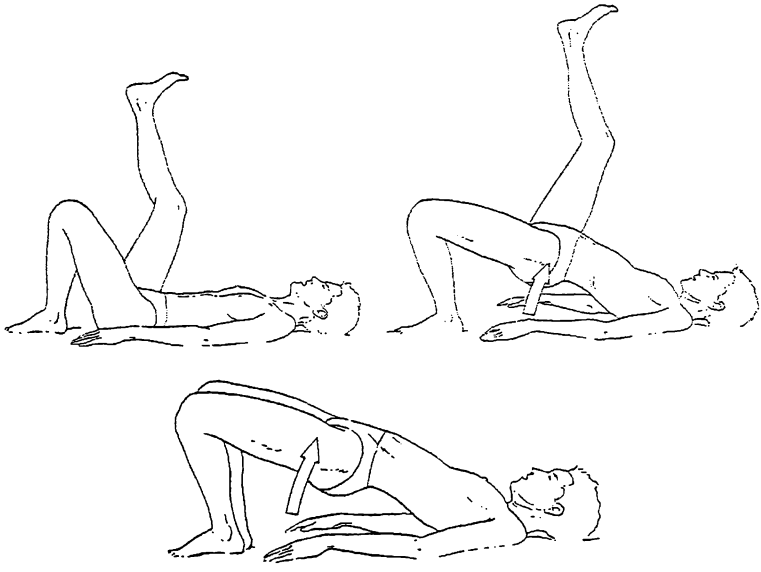


39°Acting. Couché sur le dos, les jambes en l'air, prendre les pieds dans ses mains. On pousse avec les pieds et on tire avec les mains en exprimant par des cris ce que l'on ressent. Cet acting met en relief la frustration orgastique et génère une catharsis.

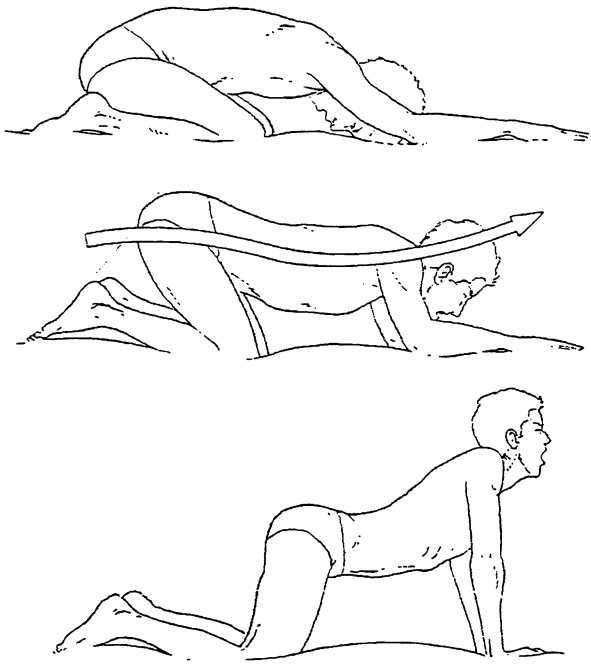


40°Acting. Couché sur le dos, une jambe en l'air, l'autre ancrée au sol faire un mouvement du bassin de haut en bas pendant un certain temps, puis changer de jambe. Ensuite les deux pieds ancrés, faire le même mouvement du bassin. Cet acting fait travailler les muscles des fessiers et des adducteurs superficiels et profonds. Les adducteurs sont communément appelés les muscles de la pudeur car le fait de serrer les jambes, ils protègent le sexe.





41°Acting. En position à quatre pattes, en expirant, le corps s'affaisse sur les talons, on rentre le ventre. Il faut rester dans cette position le temps de concentrer son attention sur l'ouverture des sphincters. Puis dans l'inspir, le menton rasant le sol, se redresser sur les bras en creusant les reins et en levant le menton pour tirer sur les muscles de la colonne vertébrale. Arrivé à ce point remuer le bassin comme un chien qui remue son arrière-train. L'objectif est de mobiliser tous les muscles du bassin et de travailler sur les peurs inscrites au niveau de l'anus qui engendrent le contrôle du lâcher prise. Les fesses se serrent lors des peurs, le contrôle des sphincters nous ramène au stade anal.



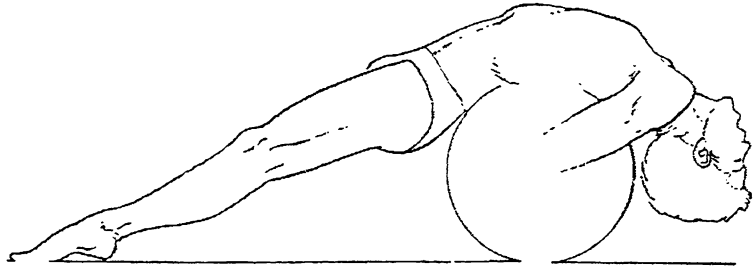
Le temps de travail de ces acting dépend de la puissance de résistance du sujet. Le stress et la catharsis créés lors des acting visent à dissoudre les stases musculaires. Ces stases sont bien entendu liées au psychisme. Les acting provoquent des émotions, apparaissent alors des souvenirs, des images, des situations liés à l'expression émotionnelle. Elles permettent de perlaborer les blocages.

42° Acting sur le rouleau. Le rouleau est un instrument de 45cm de diamètre préconisé par J. Pierrakos pour le travail thérapeutique. Le rouleau est à John ce que le tabouret est à Lowen. L'un utilise des raquettes, l'autre des épées. Pour ma part je valse dans mes choix en fonction des besoins thérapeutiques.

Le corps est allongé sur le rouleau, la tête est pendante - perdre la tête — le bassin est soulevé au maximum, les jambes raides sont sur la pointe des pieds. A ce niveau je travaille sur les adducteurs et les cuisses en les frappant fermement par des petits coups avec la tranche de ma main fermée. Puis à l'aide des deux poings fermés je frappe sur les muscles du fessier. Ensuite en partant du haut du corps je caresse fermement pour ramener la bioénergie au pelvis. Certes cet exercice est douloureux mais comme toutes les douleurs du travail en Biothérapie, elle se transforment en sensations de soulagement et même de plaisir.

L'objectif est de libérer les stases et d'amener la circulation de la bioénergie jusqu'au pelvis. Elle se traduit dans un premier temps par des vibrations, puis apparaissent les ondulations incontrôlées du réflexe orgastique.

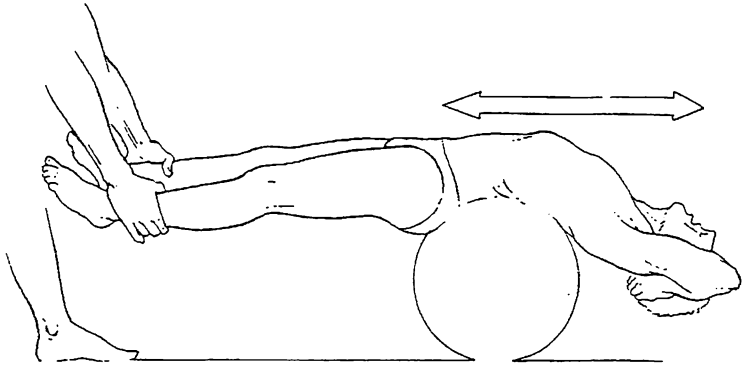
Le travail sur le rouleau est toujours spectaculaire, douloureux, mais il est efficace. Néanmoins, il ne doit être utilisé que par des thérapeutes ayant la maîtrise de la technique, pour l'avoir expérimenté eux-mêmes.



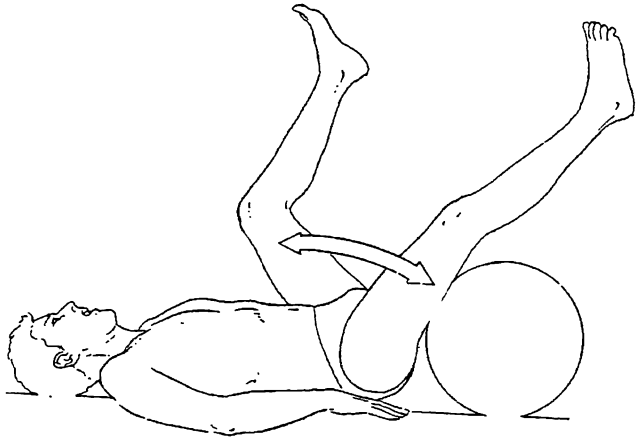
44°Acting. Il est important pour le segment thoracique : allongé la tête pendante, le bassin relevé sur les jambes raides et les pieds ancrés. Le thérapeute, les deux mains posées sur le thorax appuie fortement par saccades. L'objectif des saccades est de rétablir la fonction du

sanglot. Cette fonction rejoint le réflexe de vomissement ou le rire. Dans les différentes expressions, elle a pour but de mouvoir la bioénergie au niveau de l'abdomen, du diaphragme et du thorax.

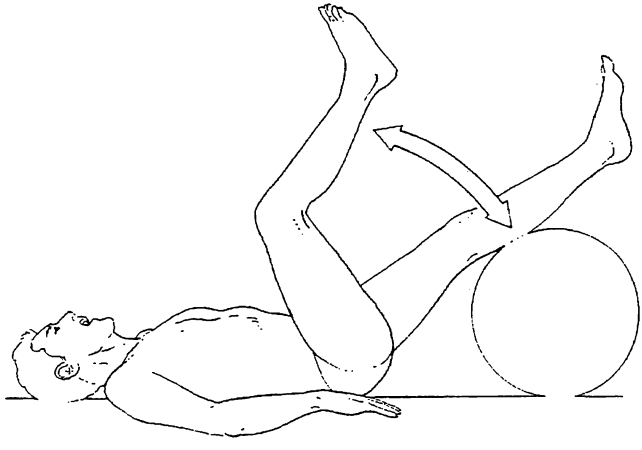
45° Acting global. Le corps est allongé, les mains derrière la tête, le bassin et les jambes raides. Cela consiste pour le thérapeute à prendre les chevilles dans les mains et à rouler ce corps de la nuque jusqu'aux fessiers. Cet acting masse tous les muscles des épaules, du dos et des fessiers.



46° Acting pour travailler les stases des cuisses. Allongé sur le tapis, taper alternativement les jambes raides sur le rouleau.



47° Acting. Une autre variante consiste à taper les mollets de la même manière.



Les stases des mollets sont souvent très douloureuses. La signification est : « Je ne peux plus aller plus loin » ni « mettre un pied devant l'autre » Ces stases empêchent l'ancrage dans la réalité. Le travail sur les jambes participe au déblocage des stases sexuelles. Rejoignant W. Reich nous pouvons affirmer que la finalité de la thérapie vise le rétablissement d'une fonction orgastique harmonieuse

En effet, personne ne mettra en doute le fait que le réflexe de l'orgasme obéit à des lois naturelles. Au cours de chaque traitement, il apparaît dès que les segments de la cuirasse qui l'entravent sont éliminés. Nous devons considérer un grand nombre de phénomènes naturels si nous voulons comprendre le langage expressif de la vie dans le réflexe de l'orgasme. Dans l'orgasme, l'être vivant n'est qu'une parcelle de nature pulsative

LE TRAINING GROUP THERAPEUTIQUE

L'avantage du travail en groupe thérapeutique est la résonance de l'expression émotionnelle des uns sur la problématique individuelle de chacun. C'est la permission de sa propre expression. Elle est favorisée par le phénomène biosocial qui veut que la somme des émotions individuelles donne naissance à un plus émotionnel collectif, amplifiant de ce fait l'expression individuelle.

Nous pouvons alternativement travailler de deux manières :

1) L'expression verbale et corporelle, lors de feed back, permet d'accéder au bioscénario des traumatismes originels. Le but du travail de groupe est de se confronter à ce microcosme social, de se situer et de projeter chez l'autre les figures traumatisantes, entre autres les figures parentales. Ceci étant, nous commençons à travailler ce bioscénario : c'est un psychodrame psychocorporel auquel les techniques permettent d'accéder et dont l'objectif est l'émergence des émotions les plus profondes, comme la colère, la peur, la haine, mais aussi l'amour et la joie.

2) Parallèlement le travail technique groupal vise à l'explosion émotionnelle. Ce travail consiste à mettre le corps dans un stress plus important que les résistances des stases musculaires. L'objectif vise d'une part à permettre la libération des énergies. Elle se traduit par un lâcher prise de l'induration musculaire, remarquable par les vibrations corporelles qu'il génère, et par l'émergence de souvenirs ayant trait à l'explosion émotionnelle.

Quelle que soit la manière, l'objectif de la PSYcore thérapie vise à libérer les traumatismes, à les cicatriser, à pacifier les pensées, à se reconnecter avec ses sensations corporelles. La finalité étant de retrouver un bon fonctionnement orgastique.

Le travail de groupe, est un travail sur l'expression émotionnelle. Il permet d'accéder au psychisme qui est la mémoire des causes des mouvements émotionnels, et à l'inconscient corporel. On retrouve dans le travail de groupe la plupart des acting individuels, mais le phénomène biosocial amplifie l'expression, favorise l'implication et libère les résistances.

LA PEDAGOGIE DE GROUPE

Le thérapeute est directif sur la forme, il propose les acting, il suscite l'adhésion au travail en définissant les objectifs, il conduit le groupe dans l'expression émotionnelle. Il agit par le toucher, le tapotement sur les muscles douloureux, les positions corporelles. Il est non directif sur le fond ; il est à l'écoute des expressions et les favorise, il observe les comportements, il est neutre et bienveillant face aux décharges émotionnelles, il stimule et réconforte.

Je recommande à deux thérapeutes de travailler ensemble : l'un animant la séance, l'autre observant et se tenant prêt à intervenir si un participant exprime ses émotions avec trop de violence. Ces deux thérapeutes devront être en phase l'un par rapport à l'autre, ce qui implique que le déroulement de la séance aura préalablement été préparé, en définissant les objectifs qui permettent de donner un sens à la séance et les acting qui s'y réfèrent. Les techniques ne sont que des supports, ce n'est pas une fin en soi. Les techniques ne sont que des

moyens pour atteindre les objectifs et affirmer le sens du travail.

QUELQUES ACTING DE TRAVAIL EN GROUPE

48) Nous commençons toujours par un échauffement de la cuirasse musculaire, cela peut se traduire par une musique sur laquelle nous invitons le groupe à s'exprimer. L'expression corporelle n'est pas toujours évidente, nombre de personnes sont bloquées face à cette expression libre. Nous leur rappelons que dans ce groupe, personne n'est là pour juger, il n'y a que les souffrances des uns ou des autres. Nous les incitons à fermer les yeux et à se concentrer, à travers la musique, sur leurs sensations.

49) Une autre façon pour échauffer la cuirasse musculaire consiste à sauter sur place, en criant.

50) D'autres variantes : sauter sur place en projetant violemment les bras en arrière en criant.

51) Acting. Marcher dans la pièce, puis courir, s'arrêter, repartir.

Une des règles est d'essayer de faire travailler tout le monde sur les mêmes stress. Il peut y avoir des résistances à le faire. Il faut les prendre en considération. Nous sommes dans un travail thérapeutique et le respect de la peur de la personne favorise son adhésion ultérieure. Elle se sent reconnue. Chacun a une histoire différente, un rythme différent. Le thérapeute doit en tenir compte.

Peur des autres : acting

52) Acting. Le groupe est aligné sur deux rangs. Chacun doit passer au milieu, affronter le regard hostile des participants.

53) Acting. Le groupe est en rond, une personne au milieu doit faire face aux cris de colère et à la gestuelle agressive du groupe.

Peur de l'étouffement : acting

54) Allongé sur un matelas, le volontaire est recouvert de deux ou trois matelas, puis une personne monte sur ces matelas. Le but est de provoquer une catharsis générant de la colère pour extirper la peur.

La colère est une émotion chaude au contraire de la haine qui est froide. Cette émotion de colère est génératrice de l'affirmation du Moi. Seule la colère peut extirper la peur. Nous avons vu plusieurs acting individuels sur l'expression de la colère, ils peuvent être incorporés dans le travail de groupe dans lequel l'autre nous sert à projeter sur lui, le symbole des causes de la souffrance. Par exemple, nous pouvons solliciter une personne pour venir symboliser un parent traumatisant. Sa présence physique permet la catharsis nécessaire à la libération des émotions et donc du blocage. Le cri est très important dans le travail en biothérapie. Ce sont les cris refoulés de notre enfance, ils favorisent l'expression émotionnelle. Travailler la bouche ouverte, c'est se permettre l'ouverture.

55) Frapper le matelas à l'aide d'un bâton ou d'une raquette, une personne antagoniste peut symboliser la souffrance. Elle est choisie pour frapper le matelas en face, en fonction de la problématique du patient. Cela n'est pas un exercice de style ; en face de lui le patient va

projeter l'objet de sa colère, il retrouvera la cause de la souffrance qui lui provoque cette émotion.

56) La même scène, mais agenouillé, on frappe des poings en criant.

57) Tout le groupe en rond boxe en l'air en poussant des cris de colère.

58) Même scène, mais chacun se tient par les épaules et projette de grands coups de talon en arrière, puis des coups de pied en avant, avec rage. Le fait d'être soutenu par l'épaule de l'autre facilite l'expression. C'est l'autorisation à l'expression.

59) L'un en face de l'autre, on tord une serviette, les mains font partie du segment émotionnel et tordre une serviette permet d'exprimer l'idée de tordre le cou.

60) Ecraser l'objet de nos souffrances sous notre talon, avec rage.

Affirmer son Moi : acting

61) En rond, les genoux débloqués, affirmer son moi en tapant violemment des pieds, alternativement. Les poings fermés scandent les grognements et les cris. Le but est de protéger son territoire. Je nomme d'ailleurs cet acting « Orang outan » car comme ces grands singes l'homme a besoin de se défendre, de ne pas se laisser envahir.

62) Le même exercice, mais dans un face à face, l'autre étant censé représenter le danger.

L'humiliation : acting

C'est un sentiment que l'enfant peut ressentir. Il s'inscrit dans son inconscient corporel, car il provoque une émotion de honte. L'humiliation de l'enfance prend sa source sur une intervention maladroite des adultes. Souvent cela provient d'une intervention sur la sexualité de l'enfant. Le sentiment de honte qui en résulte bloque la spontanéité. Pour extirper cette humiliation, je propose un acting qui vise à retrouver les causes de cette honte.

63) le groupe est partagé en deux rangs et chacun pointe un doigt accusateur sur la personne qui passe au milieu, en lui disant : « Tu n'as pas honte ? Comment oses- tu ? Je vais le dire à tout le monde ! Tu es coupable. »

La peur sexuelle : acting

64) L'un en face de l'autre, on tourne lentement le bassin, en se regardant dans les yeux et en exprimant des soupirs de plaisir. Cet acting est beaucoup plus difficile qu'il n'y paraît, oser affronter le regard de l'autre en exprimant son plaisir provoque des réactions profondes.

L'ancrage : acting

65) Les acting d'ancrage occupent une grande place dans le travail de groupe. J'appelle « ancrage dans le principe de réalité » le fait d'être debout, les pieds sur terre, les genoux déverrouillés, le pelvis en avant, les jambes sont dans un stress puissant jusqu'au lâcher prise qui provoque des vibrations libératoires. C'est avoir les « pieds sur terre ».

66) Le même acting que le précédent, mais le pelvis rétracté.

67) Une autre manière : chacun est le dos au mur, les jambes pliées comme si l'on était assis. On reste dans cette position de stress, suffisamment, pour provoquer les vibrations des jambes, puis on se laisse tomber sur les matelas.

68) Toujours le dos au mur même position : quand le stress se fait trop douloureux, on remonte d'un cran pour soulager les jambes, puis on se tape les fesses contre le mur et on remonte d'un cran. L'objectif est d'obtenir les vibrations du bassin et des jambes.

69) Une jambe pliée, la pointe du pied de l'autre jambe touche le sol pour garder l'équilibre. Jusqu'aux vibrations. On change de jambe.

70) Le travail sur les chevilles participe à l'enracinement. Souvent les pieds sont froids, ce qui prouve qu'il existe des blocages. Le dessous des pieds est douloureux ce qui empêche d'avoir les pieds sur terre. On se met sur la pointe des pieds et on revient sur les talons, jusqu'au stress.

71) On marche alternativement sur les tranches intérieures et extérieures des pieds, puis sur la pointe et sur les talons. Après cet acting, je demande aux participants de se masser les pieds en insistant sur les points douloureux que sont les stases.

Le toucher et les massages

Le toucher est en PSYcore un élément important du dialogue avec le corps. Nous utilisons trois sortes de massages :

1) Le massage Bioénergétique qui vise à faire lâcher prise aux stases. Il est douloureux, mais permet l'expression émotionnelle profonde.

2) Le massage sensoriel et de relaxation, pouvant également amener des émotions

3) Le massage biodynamique qui travaille au niveau du fascia.

Le massage doit toujours se terminer par le plaisir d'une caresse, car le corps doit garder cette impression. Dans le travail de groupe les stagiaires sont aussi invités à se masser mutuellement sous la guidance du thérapeute.

LES NEVROSES D'UN POINT DE VUE FREUDIEN

Pourquoi s'intéresser aux névroses d'un point de vue freudien, alors que nous étudions l'analyse des cuirasses caractérielles selon W. Reich. ? Parce que le terme analyse demande la connaissance et il me semble important de reconnaître l'apport freudien dans ce domaine.

Le terme « névroses » est proposé pour la première fois en 1769 par le médecin écossais William Cullen, pour définir les maladies nerveuses entraînant des troubles de la personnalité. Il fut popularisé en France par Philipe Pinel en 1785. Repris comme concept par S. Freud à partir de 1893, le terme est employé pour désigner une maladie nerveuse dont les symptômes symbolisent un conflit psychique refoulé d'origine infantile.

Avec le développement de la psychanalyse, le concept évolue pour trouver finalement place à l'intérieur d'une structure tripartite au côté de la psychose et de la perversion. En conséquence, du point de vue freudien, on classe dans le registre de la névrose, l'hystérie et la névrose obsessionnelle, auxquelles il faut ajouter la névrose actuelle qui comprend la névrose d'angoisse et la neurasthénie, ainsi que la psychonévrose qui recouvre la névrose de transfert et la névrose narcissique.

Nous traiterons à travers l'analyse des cuirasses caractérielles et dans des termes bioénergétiques les différentes névroses, mais je souhaiterais me pencher sur la névrose obsessionnelle qui est, selon la doctrine

psychanalytique, avec l'hystérie, la deuxième grande maladie nerveuse de la classe des névroses. Elle a pour origine un conflit psychique infantile et une étiologie sexuelle caractérisée par une fixation de la libido au stade anal. Sur le plan clinique elle se manifeste par des rites conjuratoires de type religieux, par des symptômes obsédants et par une permanente rumination mentale où interviennent des doutes et des scrupules inhibant la pensée et l'action.

C'est à ce stade que l'observation du corps est importante, en effet la cage thoracique est quasiment bloquée vers le haut. Il ne peut y avoir d'inspiration suffisante pour oxygéner le sang, car l'expiration est bloquée. C'est comme si le patient était dans un sursaut permanent, dans une vigilance de tous les instants, « surtout il ne faut pas que je me laisse aller ». Ce manque d'amplitude respiratoire amène des angoisses qui vont amplifier les fixations obsessionnelles. C'est un cercle vicieux, les fixations obsessionnelles bloquent la respiration, et le blocage de la respiration augmente les fixations. Bien entendu le travail consistera à rétablir la mobilité thoracique et diaphragmatique. Une autre observation comportementale du névrosé obsessionnel est qu'il se crée une angoisse de l'angoisse. Il pense qu'il va avoir une angoisse et de ce fait la génère. La dénonciation de ce comportement amène le patient à être lucide sur l'intérêt secondaire qu'il trouve à agir de la sorte.

On retrouve d'ailleurs un comportement similaire de type hystérique, en particulier lors de crises de tétanie ou de spasmophilie. L'hystérie a aussi un problème respiratoire, mais il est inverse. Le diaphragme est anesthésié, et la cage thoracique en expiration avec de grandes difficultés de prendre l'air nécessaire à la vie,

donc de gonfler le thorax. Dans un cas comme dans l'autre, la difficulté respiratoire provoque des angoisses.

Alors que l'hystérie était connue depuis l'Antiquité, l'obsession apparaît tardivement dans la clinique des maladies nerveuses. Pourtant, les deux entités sont partie liée avec l'histoire de la religion en Occident. Toutes deux s'apparentent en effet aux anciens phénomènes de possession et à la division entre l'âme et le corps. Dans l'hystérie la possession est passive, inconsciente et « féminine », c'est le diable qui s'empare d'un corps, en général féminin, pour le torturer. Dans l'obsession, au contraire, elle est active et « masculine » : c'est le sujet lui-même qui est torturé intérieurement par une force diabolique tout en restant lucide sur son état. D'un côté la femme est coupable de luxure, de l'autre l'homme est envahi par une souillure morale qui l'oblige à devenir son propre inquisiteur.

Pour l'hystérie, le traumatisme provient d'une expérience sexuelle primaire, avant la puberté, où le dégoût et l'effroi ont choqué l'enfant. La névrose obsessionnelle est la conséquence d'un plaisir sexuel avant la puberté qui se transforme ensuite en reproche.

Entre 1906 et 1926 Freud modifie sa conception de la névrose obsessionnelle. Dans l'Homme aux rats, (24) c'est l'érotisme anal qui domine l'organisation sexuelle de l'obsessionnel et cette analité est également présente, remarque-t-il, dans les « exercices religieux ». Constatant l'analogie entre la religion dont les rituels sont porteurs de sens et le cérémonial de l'obsession où ces mêmes rituels ne répondent qu'à une signification névrotique Freud en vient à caractériser la névrose comme une religion individuelle et la religion comme une obsession universelle.

Cependant, l'obsession est également à mettre en relation avec une régression de la vie sexuelle à un stade anal ayant pour corollaire un sentiment de haine propre à la constitution même du sujet humain. Car, selon Freud, c'est la haine avant l'amour qui structure l'ensemble des relations entre les hommes en les obligeant à se défendre contre elle par l'élaboration d'une morale. On retrouve sur ce sujet le postulat de la biothérapie sur le noyau énergétique, avec la strate négative faite de haine, de peur, de violence.

En 1926, dans *Inhibition symptôme et angoisse*, (25) cette théorie est remaniée à la lumière de la deuxième topique et de la pulsion de mort. Le déclencheur de la névrose obsessionnelle est alors caractérisé comme la peur du Moi d'être puni par le Surmoi. Le Surmoi agit sur le Moi à la manière d'un juge sévère développant des formations réactionnelles qui prennent la forme de sentiments de scrupule, de pitié, de propreté, de culpabilité. Ainsi le sujet est-il plongé dans un véritable enfer dont il ne parvient jamais à s'extirper.

En 1938, à la dernière étape de la réflexion qu'il mène parallèlement sur la religion et la logique de la structure obsessionnelle, il met en pleine lumière avec « L'homme, Moïse et la religion monothéiste », (26) l'ambivalence de l'amour et de la haine, symptomatique à ses yeux de la « relation au père ». Cette ambivalence renvoie bien entendu à la fonction de l'interdit de l'inceste incarné par le père dans le monde judéo-chrétien.

Dans une lettre de 1907 à Carl Jung, Freud se peint lui-même sous les traits d'un obsessionnel et regarde son dauphin comme un hystérique : (27) *« Si vous êtes un homme sain, vous relevez du type hystérique, je dois revendiquer pour moi le type obsessionnel ».*

LA PSYCHOSE

On peut dire que la névrose est une pathologie exogène, c'est-à-dire une « maladie de ma relation aux autres », tandis que la psychose est une pathologie endogène, c'est-à-dire une « malade de la relation avec moi même. » Freud explique que l'opposition entre la névrose et la psychose met en jeu la position du moi entre le ça et la réalité extérieure. De ce fait il devient une sorte de quatrième instance, après le ça, le moi et le surmoi. Dans la névrose, le moi obéissant aux exigences de la réalité du surmoi, refoule les revendications pulsionnelles ; dans la psychose, il se produit tout d'abord une rupture entre le moi et la réalité qui laisse le moi sous l'emprise du ça ; en un second temps, celui du délire, le moi reconstruirait une nouvelle réalité, conforme aux désirs du ça ».

Dans deux ouvrages : « L'analyse du cas » Schreber (1911) (28) et « Pour introduire le narcissisme » (1914) (29), Freud fait du délire de persécution paranoïaque une défense contre le désir homosexuel. La proposition de base inacceptable est : « Moi un homme, je l'aime : lui, un homme. » La première transformation opérée par le délire fait une négation : « Je ne l'aime pas, je le hais ». La deuxième transformation est une projection à l'extérieur : « Ce n'est pas moi qui le hais, mais c'est lui qui me hait », puis s'installe la persécution. « J'ai des raisons de le haïr puisqu'il me persécute ». Freud explique le délire de toute puissance et de mégalomanie par le retour sur le sujet même de toutes les pulsions libidinales. En fait la psychose serait le désinvestissement libidinal du monde

extérieur. Comme il n'est pas possible de vivre dans un monde totalement désinvesti, qui serait une sorte de monde vide, la tâche du délire va être de reconstruire un nouveau monde que le sujet va pouvoir réinvestir.

Le drame c'est que le sujet va réinvestir ce nouveau monde par les projections de ses propres peurs et ce monde deviendra rapidement insoutenable.

Dans un article de 1938, sur « Le clivage du moi dans le processus de défense » (30), Freud introduit deux nouvelles notions essentielles : celle du déni et celle du clivage du moi. Le déni est un mécanisme de défense qui consiste en un refus d'un sujet de reconnaître l'existence d'une perception traumatisante. Il se comporte comme si elle n'avait pas existé. Si le névrosé refoule les exigences du ça, le psychotique dénie la réalité extérieure. Pour expliquer qu'un tel déni puisse fonctionner alors que la réalité extérieure subsiste bien, Freud émet l'hypothèse qu'il procède d'un clivage du moi. Une partie du moi conserve la relation obligatoire avec la réalité extérieure, alors que l'autre la dénie. Le déni créerait un vide perceptif qui laisserait place à l'hallucination qui est une perception sans objet perceptif à percevoir.

Aujourd'hui il paraît évident qu'une explication des troubles psychotiques passe par la recherche biologique, mais il paraît aussi important de ne pas délaisser les facteurs inter relationnels qui jouent un rôle essentiel dans le déclenchement éventuel et la modulation des troubles dont la nature biologique ne peut être niée. Ne serait-ce que le blocage du système sensoriel qui isole le sujet du monde extérieur.

Sans nier l'importance des médications dans le traitement des psychoses, il me semble essentiel d'aider le sujet à se reconnecter avec ses sens. Le travail en

biothérapie, axé sur le système nerveux autonome, met en évidence les perceptions sensorielles, à travers leu toucher, les massages, les différents acting qui visent à rétablir l'acuité sensorielle. Nous savons que les perceptions sont les projections de notre moi, mais aussi que les perceptions sensorielles suscitées peuvent modifier le moi. L'apprentissage du goût chez un enfant en est un exemple.

Chapitre 5

L'ANALYSE DES CUIRASSES CARACTERIELLES

Comment se construit notre cuirasse caractérielle ? Après W. Reich et les post reichiens comme J. Pierrakos et A. Lowen, il est difficile d'écrire sur le sujet, mais je souhaite néanmoins apporter mon témoignage sur les expériences thérapeutiques vécues et aborder les cuirasses à partir du noyau énergétique.

Nous avons vu au chapitre précédent que la construction du « Moi » se fait au travers de conflits d'une part exogènes et d'autres part endogènes. Conflits entre les pulsions émises par le noyau énergétique — pulsions de plaisir, d'auto-conservation — et les interdits du Surmoi — parentaux, éducatifs, culturels — qui viennent réactiver la strate négative du noyau énergétique. L'être humain n'a pas d'autre alternative que de se créer une cuirasse pour s'adapter aux situations du monde qui l'environne, tout en prenant en compte ses besoins pulsionnels émanant du noyau énergétique. Cette cuirasse sera par essence névrotique, c'est à dire douloureuse, car elle sera entachée de frustrations et de refoulements. Elle sera constituée des différents segments comme je l'ai démontré précédemment.

Je rejette l'idée d'une typologie des cuirasses, car on ne peut enfermer l'être humain dans des cadres préfabriqués. Je parlerai plutôt de tendance, nous ne possédons pas une seule caractéristique : les influences exogènes et endogènes nous ont obligé à nous construire des défenses multiples. L'être humain a un potentiel intrinsèque d'autodétermination qui lui permet d'être unique.

CONSTRUCTION DE LA CUIRASSE CARACTERIELLE

L'être humain face aux pulsions du noyau énergétique exprimées par le « ça » d'une part et les influences de la strate négative alimentée par le « Surmoi » d'autre part, devra se construire une cuirasse psycho-corporelle, ce que W. Reich appelle la cuirasse caractérielle. Elle deviendra le véritable MOI.

Il mettra en place un système de protection prenant en compte les pulsions du noyau si cela est possible ou bien il les refoulera si les pressions du Surmoi sont trop fortes. Cette cuirasse caractérielle psychosomatique dépend du système nerveux autonome dont l'organe d'intégration est l'hypothalamus. Sa régulation porte sur les glandes endocrines : il coordonne donc le système endocrinien et le système neurovégétatif.

Cette coordination s'effectue à travers deux composantes antagonistes :

- Le système sympathique qui agit sur les viscères par deux médiateurs chimiques, l'adrénaline et la noradrénaline. C'est à dire la contraction.
- Le système parasympathique qui agit sur les viscères par l'intermédiaire d'un médiateur chimique, l'acétylcholine. C'est à dire la dilatation.

Il est à noter que la stimulation des fibres parasympathiques provoque une accélération du péristaltisme. Une augmentation de la sécrétion et un relâchement des sphincters favorisent la fonction de

l'orgasme. L'hypothalamus enregistre, en fonction de la perception émotionnelle, les influences du monde extérieur à travers notre système sensoriel. Il stimule l'un ou l'autre des systèmes. La pulsation contraction-dilatation du noyau énergétique est gérée par le système nerveux autonome dépendant de l'hypothalamus.

Or, imaginons qu'une influence négative conditionne un enfant durant plusieurs années de sa vie ; seule la contraction du sympathique fonctionnera, l'adrénaline émise bloquera dans la contraction l'unité psychosomatique. Les cellules du corps garderont en mémoire ces traumatismes et généreront plus tard des perturbations psychocorporelles.

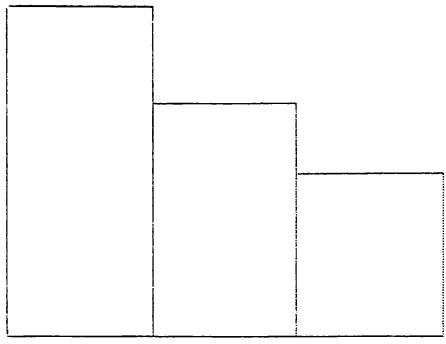
Le noyau énergétique et sa strate négative vont être soumis aux injonctions provenant de l'hypothalamus, réactivant soit le noyau si l'influence est positive, soit la strate négative si l'influence est négative. Le conflit généré par ces deux influences antagonistes formera notre cuirasse caractérielle, c'est à dire le MOI.

Nous fonctionnons un peu comme une pile. Notre vie est efficace et harmonieuse s'il y a un bon fonctionnement dans notre charge et décharge d'énergie, autrement dit, la décharge orgastique. S'il y a engorgement, cela provoque une fixation de bioénergie que l'on appelle stase. D'une part elle peut devenir pathogène si on ne la dissout pas, d'autre part elle génère une névrose puisque nous sommes dans l'unité psychosomatique.

METHODE D'ANALYSE DE LA CUIRASSE CARACTERIELLE

L'analyse caractérielle devra mettre en évidence et démontrer les différentes tendances dans chaque cuirasse. Pour concrétiser le travail sur les cuirasses, j'ai construit, à partir de mes observations, un modèle composé de différents paramètres.

Après quelques mois de thérapie, je mets en évidence et explicite au patient un diagnostic. J'ai créé un « caractérogramme » qui est la mesure des tendances composant une structure caractérielle. Pour qu'il ait un impact, il est important que le patient adhère à ce « caractérogramme », qu'il le ressente comme une résonance de sa réalité névrotique. L'avantage de cette procédure est d'agir sur les résistances conscientes et d'impliquer intellectuellement le patient à sa propre prise en charge biothérapeutique. Elle facilite la compréhension et de ce fait l'acceptation du travail corporel que je lui propose. Enfin, elle crée une énergie de confiance et donc la source du transfert.



Pour élaborer le caractérogramme, je dispose de trois matériaux.

1er La verbalisation du patient me permet l'étude de l'étiologie, et des influences du milieu dans lequel il a évolué.

A ce niveau j'établis un questionnaire pour savoir si l'enfant qu'il était à été désiré par les parents et en particulier par sa mère. Puis au stade oral, a- t-il été allaité ? A quel âge a-t-il été propre (caca au pot) ? Quel est le caractère de la mère : douce, colérique, manipulatrice, rigide ? A quel âge a-t-il marché ? Quel souvenir a-t-il de son enfance, en particulier des premiers émois sexuels et de la découverte de la masturbation ? Etait- il croyant ? Avait-il le sens du péché, de la faute ? Quelle fut sa première expérience sexuelle ? Comment l'a-t-il vécue ? A la crèche, à la maternelle, à l'école, en colonie de vacances, s'est-il senti abandonné ?

Le père : son rôle, son caractère, sa relation avec l'entourage, et en particulier avec son enfant. Etait-il affectif, absent, autoritaire, voire violent ?

Quelle place a-t-il dans la fratrie, comment a-t-il vécu ses frères et sœurs ? Comment a-t-il vécu son adolescence, ses désirs, ses troubles, ses frustrations, ses amours ? Aujourd'hui avec le recul comment voit-il son enfance ?

Tous ces **renseignements conscients** permettent de situer les influences éducatives et leurs impacts émotionnels au stade oral, anal, génital et nous donnent aussi de la matière pour analyser le complexe d'œdipe.

2ème La lecture bioénergétique du corps devrait corroborer le discours des souvenirs, car le corps porte la trace inconsciente des impacts émotionnels générés par la vie de la prime enfance. En général elle se superpose dans l'expression des stases visibles du corps : les tensions, les douleurs, la structure même du corps et aussi l'expression des yeux, la répartition de l'énergie du corps, la gauche, la droite, le haut, le bas, la respiration, le thorax, la mobilité du diaphragme, la position du bassin, sa mobilité, la rétraction du pelvis. les jambes fortes, grêles, l'écartement de la zone du périnée, les genoux forts, fragiles, qui se déboîtent, les chevilles fragiles qui se tordent, les pieds cambrés, plats, dessous les pieds indurés. Toutes ces observations de la réalité corporelle viendront étayer le bien fondé du caractérogramme.

3ème Prenant en compte le rôle du psychisme et nous éloignant de ce fait des théories de W. Reich, je travaille sur l'interprétation des rêves. Le psychisme étant la mémoire des causes des mouvements émotionnels, donc bioénergétiques, et les rêves en étant l'expression, j'utilise ce troisième matériau pour confirmer d'une part l'étiologie et d'autre part l'observation du corps bioénergétique.

Il y a quinze ans, je ne travaillais pas encore sur les rêves, j'ai eu une cliente qui avait une psychose assez

grave ; elle refusait tout travail corporel. Lors des séances, elle restait prostrée dans le silence le plus complet, malgré mes sollicitations. Néanmoins à l'heure convenue, elle était présente. Je lui dis qu'elle dépensait son argent pour rien, d'autant qu'elle venait de loin et devait faire une heure de train chaque semaine. Puis un jour je lui demandais si elle rêvait ; je vis un grand sourire et elle me répondit qu'elle rêvait beaucoup. Ses rêves et leur interprétation devinrent le liant de la thérapie. Notre communication put avoir lieu. Par la suite elle accepta le travail sur le corps.

Souvent, aujourd'hui, c'est à partir de l'interprétation des rêves que je propose un travail psychocorporel. J'exhorte mes clients à parler de leurs rêves ; cela les implique davantage dans leur thérapie d'autant que je leur demande de les interpréter eux -mêmes. Bien entendu je donne ma propre interprétation en partant du fait que le rêve est le résultat du conflit généré entre les pulsions du ça qui est l'expression du noyau énergétique et les interdits du Surmoi. Ramenée à la réalité névrotique du patient, l'interprétation des rêves permet de dépasser des résistances inconscientes. Pour que cette interprétation soit prise en considération encore faut-il qu'elle ait une résonance chez le patient. A partir de là nous pouvons travailler.

Les souffrances d'aujourd'hui ont toujours pour origine la prime enfance. Il est bon de rappeler que toute expérience enfantine peut être imprimée dans la mémoire de deux manières différentes : sous le rapport de son contenu, c'est la représentation inconsciente ou sous le rapport de sa forme, c'est l'attitude caractérielle.

Citons à titre d'exemples :

Un fœtus ou un nouveau-né ayant subi la **rupture de communication** développera un caractère **schizoïde** (dissociation de l'unité psyché soma).

Un bébé ayant subi la **privation** développera un caractère **Oral** (fixation au stade oral).

Un petit enfant ayant subi **l'humiliation** et la **répression** développera un caractère **masochiste** (fixation au stade anal).

Un enfant ayant subi la **frustration**, développera un caractère **rigide ou hystérique** (fixation au stade génital).

En fait, les fixations sont rarement aussi pures et déterminées, car les manques parentaux ont bien souvent eu lieu à chacun des stades successifs : oral, anal, génital ou bien les manques ont favorisé la régression à l'un des stades précédents. Reich soutient qu'il est en fait beaucoup plus important d'examiner et de libérer la forme, c'est-à-dire l'attitude caractérielle, plutôt que le contenu.

Le caractère n'est jamais déterminé par le contenu du refoulement mais par sa manière de refouler et par les stratagèmes qu'il met en œuvre pour parvenir à ses fins.

On peut donner comme exemple la phobie classiquement décrite comme le signe d'un Moi trop faible pour maîtriser certains désirs, c'est l échec du refoulement avec clivage de la personnalité provoqué par une réaction synthétique du Moi face à un conflit de la personnalité jugé intolérable). Lorsque la phobie disparaît, c'est le signe que le Moi se renforce.

Dans la maladie névrotique, on assiste fréquemment à la succession des phases suivantes :

Premièrement, apparition d'un conflit infantile entre la libido en pulsion et les frustrations éducatives parentales ; dichotomie insupportable entre les deux tendances.

Deuxièmement, répression des désirs libidinaux, renforcement du Moi.

Troisièmement, réveil ultérieur des désirs et des pulsions refoulées, apparition de la phobie, affaiblissement du Moi.

Quatrièmement, élimination de la phobie par la formation d'un trait de caractère névrotique, c'est-à-dire une cuirasse d'adaptation visant au renforcement du Moi.

Cinquièmement, à la puberté, résurgence du conflit, insuffisance de la cuirasse caractérielle, réapparition de l'ancienne phobie.

Sixièmement, tentative renouvelée du Moi de surmonter l'angoisse phobique par la formation d'une cuirasse caractérielle bien étayée.

Le caractère est alors formé, il est l'élément de soutien de l'individu, la base de ses résistances, mais aussi son mode d'adaptation face aux pulsions dérangeantes, que celles–ci soient d'origine endogène ou exogène.

LES CUIRASSES CARACTERIELLES

LE CARACTERE SCHIZOÏDE

Lydie est une femme de 45 ans. Grande, blonde, aux yeux bleus toujours en vigilance. Elle est dans un monde de peurs et cherche dans l'astrologie le bien fondé de son mal être. Ouverte à tout ce qui concerne la voyance, elle a souvent été trompée et même humiliée, ce qui renforce sa méfiance vis à vis de la thérapie et en particulier sur le travail du corps.

Lydie passe ses journées enfermée dans sa maison, elle boit et fume, elle rentre dans des délires, elle mange. Elle a pris 20 kilos en deux ans.

L'étude étiologique montre que Lydie souffre d'un bioscénario mis en place par une mère violente, destructrice, dont l'injonction était « n'existe pas » et d'un père soumis subissant l'autorité de la mère. Pour ne pas être détruite, Lydie s'est forgée très tôt un monde imaginaire, un monde éthéré dans lequel le corps n'est qu'un support. Ce qui a amené Lydie à vivre des situations extrêmes de dégradation sexuelle, ou à vivre des situations d'extase mystique.

Après un an de travail en biothérapie, Lydie a maigri de 20 kilos, elle a retrouvé son élégance et son désir de séduction. Femme particulièrement intelligente et d'une franchise brutale, elle a réussi à renouer des liens avec son père, liens qui avaient cessé depuis deux ans

Il a fallu attendre un an, tant étaient grandes ses peurs, pour que Lydie intègre la nécessité d'un travail sur le corps, avec pour objectif l'unification de la pensée et de la bioénergie dans un principe de réalité. Le cas de Lydie illustre la souffrance que génère une influence parentale destructrice et permet d'introduire l'étude de la cuirasse schizoïdique.

Le terme « SCHIZOÏDE » définit la cuirasse caractérielle présentant une tendance à la dissociation entre la réalité bioénergétique et la sensation de cette réalité. C'est la scission du fonctionnement unitaire de la personnalité : la pensée tend à se dissocier des émotions. C'est aussi une rétraction intérieure pour rompre le contact avec la réalité extérieure. Le schizoïde n'est pas schizophrène et ne peut le devenir, mais il en présente les tendances.

Une telle cuirasse est la conséquence d'une peur profonde de perdre la vie. Cette menace peut-être prénatale, par exemple : une mère se trouvant enceinte et ne désirant pas cet enfant pour diverses raisons, essaiera par tous les moyens que celui-ci ne naisse pas à terme. Psychiquement, c'est le refus de la mère à la naissance de son enfant. Concrètement, elle fera en sorte « qu'il se décroche », en sautant, trébuchant etc... Le fœtus ressent profondément cette menace et sa pulsion d'auto-conservation agira déjà pour refuser le devenir de l'unité psychosomatique. Très souvent lorsque naît cet enfant non désiré, la mère retrouve un instinct maternel et prodigue à l'enfant les soins et l'amour nécessaires à son épanouissement. Néanmoins, le bébé a déjà inscrit dans sa mémoire bioénergétique le danger vital que représente l'extérieur.

Une autre forme de menace peut exister après la naissance. Un couple dont la mère subit la violence du père hait cet homme et désire sa mort. Mais l'homme est trop fort pour elle, elle n'a pas assez d'énergie pour se révolter. Alors elle se venge en punissant son enfant pour le moindre détail sans importance. La réaction de cet enfant de trois à quatre ans est une colère justifiée. Mais la peur empêche cette colère de s'exprimer ; il ne peut que pleurer. Là encore, il y a répression, car l'éducation veut qu'un enfant bien élevé ne montre pas ses émotions et ne pleure pas. Face à cette hostilité permanente, l'enfant se sent menacé dans son existence même. Il ne lui reste qu'une seule possibilité : se dissocier de la réalité, emmurer ses émotions et se créer un monde imaginaire.

La peur fait du schizoïde un être dont le MOI est faible et dont le contact avec le corps et ses sensations est fortement réduit. C'est son sentiment de lui-même en relation avec la réalité matérielle qui est faible. Parfois le schizoïde fait preuve d'une grande détermination, mais cela ne dure pas. L'agressivité ne se dissout pas dans un sentiment d'impuissance, elle disparaît. Lorsque l'agressivité se développe, le sujet a un sentiment de toute -puissance parce que cette agressivité n'a pas été confrontée à la réalité. Ceci parce que l'évaluation de la réalité est sous développée.

Le schizoïde peut être véritablement créateur. L'absence même de contrôle du Moi peut rendre possible une percée des barrières de la réalité comme elles sont ordinairement perçues pour faire place à de nouvelles façons de sentir et d'agir. Les réalisations de certains artistes sont de cette nature. Dans ce cas, il s'agit d'une volonté sans un Moi.

L'attitude fondamentale du schizoïde est dérivée d'une négation des valeurs de la réalité matérielle, son attitude caractérielle ne procède pas du « je ne veux pas » et du « je ne peux pas » car il n'a pas besoin de combattre cette réalité. Une des caractéristiques du schizoïde est de n'avoir que très peu de véritables mécanismes de défense du Moi ; il fonctionne dans la réalité pour survivre, mais sans la conviction profonde que ses valeurs sont réelles. Sa capacité de sentiment élevé, de tendresse et de sympathie est grande, mais il lui est difficile de centrer son attention sur un objet du monde matériel.

Auto-perception.

Le nouveau-né n'a pas de mouvements coordonnés, car ils n'ont pas encore une fonction d'ensemble. Certes, le nouveau-né a des émotions de plaisir et d'angoisse, mais ses perceptions sensorielles sont fractionnées. Le bébé regardant sa main n'a pas conscience qu'elle fait partie de son unité. A mesure que les mouvements se coordonnent, leurs perceptions se coordonnent également. Ainsi, naît une seule et unique perception d'un MOI conscient.

L'auto-perception dans l'existence utérine et post-utérine n'est que fractionnée et faible. Ce n'est que peu à peu qu'un contact fonctionnel s'établit entre les différents organes. Avec ce contact se développe l'unité du MOI. Ce n'est que lorsque cette unité psychosomatique prend corps qu'apparaît le langage, c'est-à- dire entre trois et cinq mois. C'est seulement lorsque l'enfant aura coordonné ses mouvements et par-là sa perception de l'environnement qu'il pourra communiquer et agir. Le schizoïde souffre de cette mauvaise perception de l'unité psychosomatique. La peur affaiblit sa sensorialité globale et dissocie les émotions de ses perceptions.

Alexander Lowen dans son livre « Lecture et langage du corps » écrit : (31)

« Si le schizophrène, dans sa brisure avec la réalité, aboutit à la dépersonnalisation, le caractère schizoïde maintient l'unité corps-esprit par un faible lien. Il utilise son corps comme j'utilise mon automobile. Il n'a pas le sentiment qu'il est son corps, mais plutôt que le corps est l'habitacle de son sentiment et de son Moi pensant. Ce n'est point de l'infantilisme, car cela ne reflète aucunement l'identification de l'enfant avec le plaisir corporel. Le corps d'un individu est sa réalité la plus immédiate, et c'est le pont qui relie sa réalité intérieure avec la réalité matérielle du monde externe. Ici nous avons la clé du traitement thérapeutique du schizoïde : d'abord, éveiller ou augmenter l'identification avec la sensation kinesthésique du corps ; en second lieu augmenter la profondeur et l'éventail du mouvement expressif ; enfin, développer la relation du corps avec les objets : la nourriture, l'objet d'amour, les objets de travail, les vêtements, etc... L'effet de cette approche est de renforcer et de développer le Moi qui, comme Freud nous le rappelle, est « d'abord et avant tout un Moi corporel. »

Des symptômes plus précis caractérisent le schizoïde : la perte du sens des mots, l'asthénie, les réactions lentes, l'autisme. Il y a également le traumatisme des sens dont le siège se trouve sur le visage : les yeux avec la vue, le nez avec l'odorat, les oreilles avec l'ouïe. Les mains et les pieds sont froids, sans énergie. Le corps est mince et contracté. Lorsqu'il y a des éléments paranoïdes, le corps est plus plein, plus athlétique. Les principales zones de tensions sont : la base du crâne, les articulations des épaules, des jambes, du bassin, ainsi que la région du diaphragme.

On remarque très souvent l'apparence de la tête qui ne semble jamais attachée fermement au cou, comme si la tête était détachée de la ligne du courant de l'énergie dans le corps. Au toucher, les muscles du cou indiquent de fortes tensions isolées, mais sans rigidité généralisée. La tension profonde à la base du crâne est significative d'une mauvaise liaison entre la tête et le corps. L'expression du visage a généralement l'apparence d'un masque et l'on est frappé par le manque d'expression du regard et par l'absence de plénitude et de clarté dans l'expression.

Au niveau du haut du corps, les épaules sont en avant et présentent une perturbation caractéristique. Les bras ont la force de frapper, mais ce mouvement est séparé car le corps ne participe pas à l'action. Les tensions des muscles sont profondes et fondées sur l'immobilité de la région scapulaire. Un thorax contracté limite la respiration. Le diaphragme sépare le corps en deux. De nombreuses stases à ce niveau empêchent la bioénergie de s'écouler vers le bas. La respiration du caractère schizoïde manifeste une perturbation caractéristique. Reich a décrit la faiblesse de l'inspiration malgré la poitrine fragile et l'apparence vaste de la cage thoracique. Dans ce cas, l'expansion de la cavité de la poitrine est accompagnée de la contraction de la cavité abdominale, ce qui empêche le diaphragme de descendre. Le diaphragme se contracte au point d'empêcher le mouvement de descente des poumons. Dans cet état, le schizoïde fait un effort pour respirer avec la partie supérieure de sa poitrine pour pouvoir obtenir suffisamment d'air. Si on observe de près les mouvements de la respiration, on se rend compte que le diaphragme est relativement immobile, il est figé dans un état de contraction. Puisque le diaphragme est inactif, les côtes inférieures s'évasent, une expansion de la cavité thoracique tend à tirer le diaphragme vers le haut, par

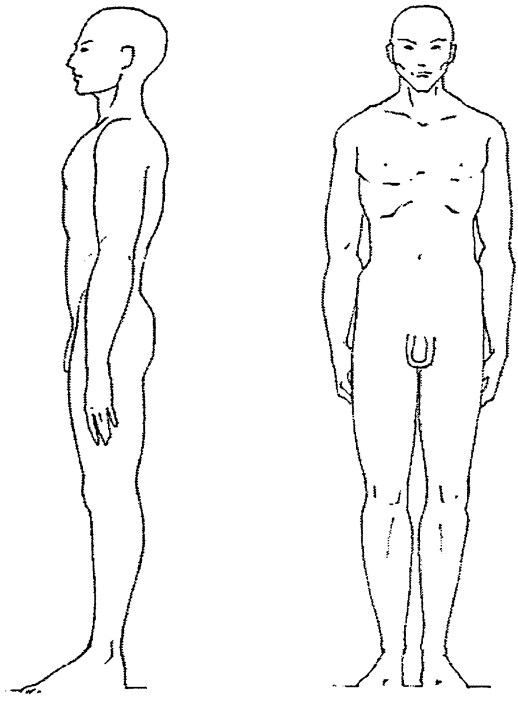
succion. Cette même succion semble responsable de l'effondrement du ventre. Le ventre est tiré vers l'intérieur durant l'inspiration et pousse vers l'extérieur durant l'expiration ; ce qui n'est pas la forme physiologique normale de la respiration. Cette sorte de respiration du schizoïde a une connotation émotionnelle, on peut entendre un sifflement quand l'air pénètre dans les poumons. Il n'est pas difficile de reconnaître ici une expression de peur que l'on peut aussi reconnaître dans l'expression des yeux et du visage. La conséquence immédiate de cette immobilité du diaphragme est une division du corps en deux parties, le haut et le bas.

Les segmentations principales dans la structure schizoïde sont la séparation de la tête du reste du corps, la coupure en deux au niveau du diaphragme, la séparation du tronc et du pelvis et la dissociation des extrémités. La séparation de la tête du reste du corps est le fondement bioénergétique de la coupure entre la perception et l'excitation. La séparation qu'on retrouve dans la partie inférieure entre le pelvis et le tronc implique une dissociation de la sensation génitale, de la sensation globale du corps. Le ventre et le pelvis sont mal irrigués en bioénergie, d'où retrait de la libido. De plus, la tête, le pelvis et les extrémités sont contractés et sous-chargés. Lorsque le schizoïde marche, on a l'impression qu'« il marche sur des œufs » comme on dit ou qu'il marche en silence pour ne pas déranger ou ne pas être remarqué. La bioénergie est comprimée dans le thorax, elle ne se déplace pas librement. Les stases l'empêchent de circuler vers le visage, les mains, les organes génitaux et les pieds. Les fonctions de ces organes sont donc dissociées des émotions, de plus la bioénergie comprimée dans le thorax peut alors devenir explosive et donner lieu à une éruption de violence ou de meurtre. La défense de ce type de caractère a été de se créer des tensions musculaires,

provoquant une cuirasse qui maintient une cohésion de la personnalité tout en désensibilisant les structures périphériques en contact avec l'extérieur.

Le schizoïde n'a pas du tout envie de retourner dans le ventre de sa mère. Il ne régresse pas, il n'est que la victime d'une dissociation. C'est un caractère foncièrement honnête. Il a une manière franche de dire les choses qui risque d'embarrasser. Il reconnaît l'hypocrisie et la dénonce crûment. La scission de ce corps fait que l'on peut rencontrer une attitude d'arrogance — le haut du corps — ou au contraire une dégradation avilissante — le bas du corps — La faiblesse du Moi et le manque de charge bioénergétique de la périphérie amènent le schizoïde à éviter les relations émotionnelles. Il a un regard lointain et lorsqu'il parle, il détourne les yeux. Cet être peut se montrer séduisant s'il est mis en confiance. Il a un tel besoin d'amour et d'être reconnu qu'il peut mettre tout en œuvre pour arriver à ses fins.

Un travail essentiel à faire sur ce caractère est de lui permettre d'exprimer la peur. Il va s'ensuivre une libération de la bioénergie qui bloque le thorax et pour rétablir l'irrigation de tout le corps. Un autre travail consiste à rééduquer la sensation du plaisir corporel et l'ancrage dans la réalité.



Le corps est bien proportionné. Les muscles fins sont indurés. Les chevilles sont fragiles. Le regard est absent. Le pelvis n'est pas connecté à la bioénergie. Manque d'ancrage dans la réalité.

Pour illustrer ce caractère je vais vous présenter le cas de Suzanne.

Suzanne est une femme de 45 ans. Elle est venue me voir car elle a une rhinite chronique qui l'empêche de vivre normalement. Elle a consulté les plus grands spécialistes oto-rhino. Elle a fait des cures. Rien n'y fait, elle a toujours les yeux rouges, larmoyants, le nez enflammé l'empêche de sentir les odeurs et le goût des aliments.

Son aspect physique est harmonieux, son corps est bien proportionné. Sa tête a tendance à pencher en avant sur la gauche. Elle a un sourire séducteur. Le plus frappant sur son visage sont ses yeux, les pupilles sont dilatées. Lorsqu'elle parle ses yeux sont d'une très grande mobilité, mais son regard fuit ailleurs, elle ne peut fixer mon regard que lorsqu'elle a fini de parler comme si elle attendait mon approbation ou quelquefois comme si elle voulait me provoquer. Outre sa rhinite chronique, Suzanne me déclare qu'elle souffre d'arthrose cervicale et de douleurs dans les hanches.

Suzanne vit avec sa mère, sa sœur et son frère. C'est une famille aisée de culture bourgeoise. Suzanne est l'aînée de la fratrie, sa sœur est plus jeune de deux ans et son frère cadet de six ans. La mère est autoritaire masculine et violente : il lui arrive encore malgré ses soixante huit ans de rentrer dans des colères qui paralysent de peur Suzanne. Le père est décédé alors qu'elle n'avait que neuf ans. Suzanne s'en souvient comme d'un père attentionné mais sévère, qui s'occupait de vérifier son évolution scolaire. Suzanne s'est sentie durant son enfance utilisée comme l'aînée, chargée de faire les courses, de participer aux travaux ménagers. Elle a dû commencer à travailler dès dix sept ans, alors que sa sœur cadette poursuivait ses études.

Suzanne n'a pas été allaitée, cette frustration orale lui fait ressentir un vide, un manque et inconsciemment elle refusera de grandir, elle restera une femme enfant. D'ailleurs la voix de Suzanne est celle d'une enfant et souvent elle exprime des mimiques d'enfant. Elle a marché à un an, elle a maîtrisé ses fèces vers deux ans à la naissance de sa sœur. La naissance de sa sœur coïncide avec la maîtrise de ses sphincters et du plaisir anal, on peut supposer que la mère a agi sévèrement, à des fins

pratiques, pour que Suzanne soit propre avant la naissance de sa sœur.

L'identification œdipienne n'a pu se faire. D'une part la mère sans tendresse avec des énergies yang très fortes, violente physiquement ; d'autre part le père attentif, mais sévère sur le plan intellectuel, également sans expression affective, ne permettent pas à Suzanne de s'identifier en tant que femme. Elle va anesthésier ses sensations sexuelles et vouloir rester enfant en régressant au stade anal. Déjà traumatisée à la naissance de sa sœur durant son stade anal, cette régression va amplifier cette fixation et elle deviendra obsessionnelle.

Il y a chez Suzanne un refus inconscient de grandir ; elle restera une femme enfant, dissociant les émotions de la réalité. Seul moyen pour elle de survivre à l'injonction violente maternelle : « Tu n'existes pas ».

Suzanne n'a jamais fait l'amour, elle n'a pas conscience de ses désirs ; en fait, elle s'est complètement coupée de son corps. Celui-ci ne lui sert qu'à la représentation pour séduire. Elle s'habille d'ailleurs avec recherche et élégance.

Suzanne est d'une franchise désarmante, sans nuance, provocatrice. Il y a en elle un enfant rebelle très puissant et autodestructeur. En effet son sadisme oral provoque des réactions violentes chez ses interlocuteurs, réactions qui génèrent chez Suzanne des fixations obsessionnelles. Ce jeu sado-masochiste elle le vit en permanence dans sa famille, sous la houlette de cette mère violente. Deux ans après avoir commencé sa biothérapie, la mère de Suzanne décède. C'est alors que Suzanne s 'aperçoit combien elle aimait cette mère capable de création dans la broderie, le tricot et la bonne nourriture. L'héritage laissait à Suzanne

la possibilité de vivre très à l'aise. Je l'incitais donc à s'extraire du nœud gordien dans lequel elle était enfermée, en allant habiter dans l'un de ses nombreux appartements. Mais la relation sado-masochiste qu'elle avait vécue avec la mère laissait des traces, elle revivait le même scénario avec sa sœur. Les disputes étaient quotidiennes, la sœur, professeur de français, reprochait à Suzanne son manque de culture, car Suzanne était cadre dans une banque. En retour, Suzanne faisait grief à sa sœur de ne pas participer à la vie commune etc... Seul le frère était épargné et gâté par ses deux sœurs.

L'analyse bioénergétique met en évidence les stases douloureuses des yeux et par voie de conséquence de l'occipital. Les muscles profonds du cou, bien qu'indurés et douloureux retiennent difficilement cette tête qui penche sur la gauche. On retrouve ici la trace du conflit avec la mère. Le nez enflammé permet à Suzanne de ne pas se ressentir et donc de ne pas tomber dans l'effondrement dépressif. Globalement le corps de Suzanne est bioénergétiquement coupé en trois : la tête, le tronc, le bassin et les jambes. Le diaphragme anesthésié ne permet qu'une respiration de survie.

J'ai d'abord travaillé en urgence pour supprimer la rhinite chronique. Pour ce faire, nous avons agi sur les yeux à l'aide des acting, puis sur le nez pour exprimer l'agressivité rentrée, enfin sur le cou, par le lâcher prise. Pour retrouver les sensations sexuelles, sur la mobilité du bassin, sur la connexion du pelvis pour retrouver les sensations sexuelles.

Quant à l'expression de la colère, j'ai été étonné de voir la puissance énergétique de ce corps exprimant la colère contenue depuis tant d'années. Il est vrai que la cuirasse musculaire de Suzanne est constituée de muscles fins mais

extrêmement indurés qui empêchent toute expression émotionnelle véritable. Telle une cocotte minute contenant de la vapeur qui fuse avec violence, dès que l'on soulève le bouchon, la haine de Suzanne n'en finit pas de sortir, pour son plus grand bien.

Le travail sur la respiration a été essentiel pour Suzanne ; cela lui a permis de ressentir son corps et ses émotions. Rapidement la rhinite cesse, mais bien plus difficile est la rupture avec le milieu familial, facteur du lien sado-masochiste. Suzanne a rencontré un homme, un artiste qui a su la séduire et pour la première fois, elle a eu une relation sexuelle, ce qui l'a rassurée sur sa féminité.

Cette thérapie à eu lieu il y a dix ans, elle a duré cinq ans. Chaque année nous nous souhaitons par téléphone notre anniversaire, étant nés le même jour. La dernière fois Suzanne m'a annoncé qu'elle vivait de nouveau dans l'habitation familiale avec sa sœur.

L'étude du caractérogramme montre trois tendances : schizoïde — masochiste — orale.

LE CARACTERE PASSIF FEMININ

C'est lors d'une conférence débat sur la bioénergie que je rencontrai Gilles. Il était particulièrement attentif et ses questions étaient pertinentes.

Bien qu'ayant environ 30 ans, il avait un corps d'éphèbe, un visage tendre et lisse, une voix douce et saccadée. Ses yeux noirs quémandaient l'amour.

Il entama une biothérapie. Infirmier psychiatre, il vivait mal ce statut dans une clinique psychiatrique. Il prenait conscience que la médicalisation des malades empêchait toute évolution de fond et aurait souhaité pouvoir faire un travail psychocorporel avec ses malades, chose impossible dans un milieu aussi fermé que sont les établissements psychiatriques.

L'étude de l'étiologie de Gilles démontra que le bioscénario dans lequel il avait vécu l'incitait à vouloir s'en sortir, à devenir quelqu'un.

D'une famille d'agriculteurs, ses parents avaient une ferme. Le père était alcoolique et la mère violente. Gilles avait trois frères et deux sœurs. Il se situait au milieu de la fratrie. Souvent malmené, il dut se construire une cuirasse lui permettant de survivre. Cette cuirasse était celle d'un éphèbe immature, avec l'immense désir d'être un homme fort.

Marié avec deux enfants, Gilles avait soif de connaissances pour être reconnu socialement, ce qui me paraît tout à fait légitime. Au cours de sa thérapie, les résistances se firent jour. La longueur de la thérapie le rendait impatient de se réaliser. Il se mit à apprendre le massage Camili. Il avait de multiples aventures sexuelles. Toutes ses énergies étaient axées sur le « devenir un homme fort. » Il multiplia les expériences de groupes thérapeutiques pour essayer toutes les techniques.

In fine, Gilles n'acheva jamais sa thérapie. La peur profonde de se connecter avec lui-même était trop forte. Sa quête continue lui permettait de masquer ce qu'il refoulait « son homosexualité passive. »

La caractéristique physique de ce type de caractère est un corps harmonieux et efféminé, l'absence de système pileux et une finesse des traits qui donnent un aspect juvénile. Reich a décrit les qualités caractérisant ce type : « politesse exagérée et soumission, douceur et tendance à la ruse. Toujours aimable et humble, s'excusant pour les choses les plus banales, gauche, timide et circonstanciel ». La voix est caressante à résonance féminine, on la perçoit comme féminine à cause de son manque de résonance profonde et de tranchant. L'expression faciale a tendance à être douce et plastique. Le mouvement n'est jamais brusque ou déterminé. Cet être extrêmement docile et doux désarme la violence, mais cette douceur là peut vite tourner à la ruse pour arriver à ses fins.

Facteurs étiologiques :

Le traumatisme se situe durant la période anale. Au cours de cette période, l'enfant a éprouvé un violent désir sexuel vis-à-vis de sa mère. Celle-ci sévère ou non affective et inconsciente, n'a pas pris en compte cette pulsion sexuelle ou l'a réprimée. Il en résulte une frustration profonde chez l'enfant, et lorsqu'on sait que celui-ci s'identifie au parent frustrant, on comprend aisément que dans ce cas, l'enfant va s'identifier à la mère. Ce refoulement des désirs phalliques en période anale provoqué par la répression ou la manipulation maternelle va être le point de départ d'une perversion sadomasochiste.

Une autre origine de la naissance du caractère passif-féminin, c'est un père sévère, qui fait peur et une mère passive. L'enfant ne pourra pas se référer au père, il le rejettera car il représente un danger. Il n'y aura donc pas d'identification phallique, par contre l'enfant se retournera vers la mère, et s'identifiant à elle, il pourra entrer en contact avec le père. Le Moi va s'identifier à la mère passive. Mais son Surmoi et son Moi idéal s'identifient au père sans y parvenir. Ce caractère désire être masculin tout en étant féminin.

On retrouve deux sortes de **comportements** chez le passif- féminin. Lorsque la mère est la cause du traumatisme, le sujet aura des relations hétérosexuelles. Il cherchera une femme active et il jouera le passif. En général il est attiré par une femme plus âgée avec laquelle il joue l'enfant immature. Cette relation est souvent sadomasochiste. Il souhaite reproduire sa frustration mère sévère > enfant

Le second comportement, issu de la sévérité et de la violence du père, donne une primauté homosexuelle passive. Le seul moyen pour atteindre le père est de devenir femme. Néanmoins l'idéal, c'est d'être un homme. Le résultat recherché pour ce caractère, c'est d'avoir des relations sexuelles avec un homme représentant la force. Ici la femme et l'hétérosexualité ne sont plus présents. En général le passif-féminin aime se travestir en femme, il se sent femme et quelquefois si profondément que psychiquement la relation sexuelle avec un homme n'est plus homosexuelle, mais hétérosexuelle. Il est sensuel mais coupé de l'émotionnel.

Le caractère passif-féminin ne devient pas homosexuel pour s'en sortir. Psychologiquement, l'agressivité (mouvement en avant) est bloquée par une angoisse intense de castration ; la régression est empêchée par une peur également forte de l'homosexualité.

Chez le vrai homosexuel, les dynamiques bioénergétiques sont différentes. La génitalité a été abandonnée, bien que l'on puisse supposer qu'elle n'ait jamais été fermement établie. La structure passive-féminine, par opposition à celle de l'homosexuel, est ancrée dans la génitalité, mais immobilisée par la peur. La situation se complique par le fait que le mouvement avant ou arrière est impossible. Tout se passe comme si le caractère passif féminin avait atteint le stade génital d'organisation du Moi, mais était devenu impuissant dans son expression, paralysé par la peur.

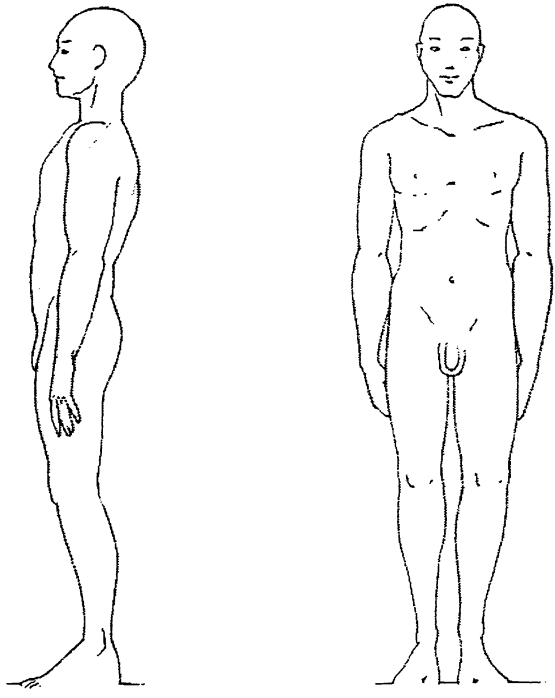
Réalité bioénergétique :

Ce corps d'éphèbe a peu de bioénergie. Il a été étouffé. Sa respiration est faible dans une cage thoracique étroite. Des stases importantes à ce niveau l'empêchent d'une part de respirer amplement et d'autre part bloquent les émotions. Les yeux sont inquiets, le bassin rétracté, les fesses rebondies. La peur de la castration a rétracté le pelvis qui est d'ailleurs déconnecté Bioénergétiquement. Ses organes sont faibles.

Nous avons dit que psychologiquement, nous pouvions assister au déplacement de l'opposition au père sur la figure féminine. Du point de vue dynamique, il y a un retrait de l'énergie des organes génitaux vers le thorax. La position génitale n'est pas abandonnée et toute l'énergie n'est pas retirée. Il en reste suffisamment pour réduire le conflit et empêcher la paralysie. Si cette énergie est ramenée vers le bas, en intensité suffisante, le conflit œdipien sera réactivé. Une résistance prononcée se manifestera et la situation de transfert deviendra chargée. Pour obtenir ce résultat on doit travailler sur les jambes jusqu'à ce que cela fasse mal. L'agressivité doit être mobilisée intensément. Les tensions qui empêchent le mouvement d'avant du pelvis et de la mâchoire doivent être relâchées. Ce sera douloureux également. De tels exercices doivent être coordonnés avec une analyse en profondeur du caractère pour que le patient soit pleinement conscient des nécessités d'une telle démarche.

La structure passive-féminine est la conséquence d'un conflit entre les impulsions génitales affaiblies et une frustration génitale grave. La rigidité sert de force immobilisante qui réussit à supprimer presque complètement l'agressivité masculine. Le travail consiste

aussi à amener le passif-féminin à ressentir ses émotions, à libérer sa bioénergie et le rassurer quant à sa virilité.



Le corps est harmonieux mais laisse une impression de tonicité yin. Les traits du visage sont durs pour masquer ce qu'il ressent comme une fragilité. Le pelvis est déconnecté de la bioénergie. Peur de la castration.

LE CAS STEPHANE

Je rencontrai Stéphane lors d'un travail de groupe organisé par un confrère. Sa jeunesse, son ouverture, sa volonté d'implication m'étonnèrent. Peu de temps après il prit rendez-vous et décida de faire une thérapie individuelle. Il me raconta que sa mère avait commencé une thérapie avec mon confrère, qu'il avait pris sa place, mais qu'il passait son temps à somnoler et avait envie de travailler réellement sur le corps.

Stéphane a 25 ans, il est maçon, il habite un studio avec sa mère. Ils couchent dans le même lit. Sa mère a 43 ans : c'est un belle femme séductrice et immature. Stéphane travaille occasionnellement et passe son temps à fumer du hachich avec ses amis. Là il oublie tout et plane dans ses rêves. Il n'a pas d'activité sexuelle, hormis la masturbation. Sa démarche thérapeutique prouve qu'il a envie de se sortir de cette non vie et je le lui dis.

Son corps imberbe est harmonieux et musclé, bien que les jambes paraissent plus fragiles que le haut du corps. A son adolescence il a fait du culturisme et prenait soin d'absorber une nourriture diététique. D'où cette musculature harmonieuse. Le haut du corps emmagasine les énergies au détriment du bas. Une grande charge énergétique stagne sur les épaules. Le pelvis est rétracté et les fesses en charge, ce qui laisse supposer que le pelvis n'est pas connecté à la bioénergie. Les cuisses sont harmonieuses, mais les mollets et les chevilles sont fins. Le visage est fin, bien qu'il porte un masque dur, en particulier les mâchoires sont contractés. Un grand front et des cheveux longs lui donnent un air d'ouverture. Seuls les yeux fuyants ou parfois fixes dénotent l'angoisse et une fixation.

Stéphane raconte : « Ma mère s'est mariée et s'est fait faire un enfant par mon père pour échapper au domicile de ses parents, pour être libre. Mais elle n'aimait pas mon père. Celui-ci, camionneur était très souvent absent et ma mère le trompait. Le soir, en rentrant de l'école elle n'était jamais là. Quand j'étais petit je rageais car elle ne venait jamais me chercher à la sortie, c'était toujours la voisine. Souvent je restais sur le pallier à attendre et je pleurais, puis à travers mes larmes je voyais des couleurs sur les barreaux de la rampe et je m'évadais ainsi. Lorsque ma mère prenait la douche, mon plaisir était de m'asseoir et de la regarder. Je passais mon temps à la regarder. Elle était frivole et me mettait dans les confidences de ses amours avec consigne de ne rien dire à mon père. J'avais l'impression de trahir mon père, mais je ne voulais pas perdre l'amour de ma mère.

Un jour dans la salle de bain, je dansais sur une musique, la porte était ouverte et levant la tête, j'ai vu mes parents me regarder en riant. Je me suis senti terriblement humilié. Depuis j'ai honte de danser, il faut que je boive pour dépasser cette inhibition.

Mes parents ont divorcé, j'avais sept ans.

J'avais environ dix ans, quand ma mère a eu une relation qui a duré trois ans. Son amant que j'aimais bien, nous menait faire du bateau. Un jour il m'a montré son sexe et a eu des attouchements à mon égard. Une autre fois, c'est mon oncle qui avait cinq ans de plus que moi, qui m'a obligé à le masturber, nous étions tous les deux nus dans la baignoire.

Je me souviens lorsque je jouais aux voitures avec mon cousin, je ne voulais toujours que la plus laide, au grand étonnement de celui-ci qui préférait les plus belles.

A l'école j'étais malheureux, je n'arrivais pas à me concentrer. J'étais considéré comme un mauvais élève. Je me foutais de tout. Je me sentais mal aimé. J'étais content d'aller en colonie de vacances, j'étais amoureux de la monitrice qui m'aimait bien. Un jour j'ai fait caca dans ma culotte, je me suis senti humilié devant la monitrice.

J'avais quinze ans lorsque mon père est mort d'un cancer. Durant sa maladie, j'allais le voir à Nice. Maintenant avec le recul je ressens combien il m'a manqué. Le jour de sa mort j'ai ressenti une grande émotion m'envahir, j'allais pleurer, ma mère s'est précipitée sur moi en me disant « Ne pleure pas mon fils ». Depuis je n'ai jamais pu pleurer.

Durant mon adolescence j'ai été apprenti pâtissier, puis apprenti maçon ; j'ai obtenu mon CAP. J'ai fait du culturisme et j'ai mangé diététique. Mon premier rapport sexuel se passa avec une prostituée, ça n'a pas été extraordinaire. Puis j'ai été amoureux et j'ai souffert parce qu'elle m'a quitté. Je me suis mis à fumer et à boire. Depuis je suis là dedans. Au bar, dans la rue, je regarde les filles, mais j'ai honte de les aborder. »

Stéphane a été conçu pour permettre à sa mère de quitter ses parents. C'est un enfant « prétexte ». Il n'a pas été allaité, d'où cette sensation de vide qu'il cherche à combler par le hachich ou la boisson.

Le stade anal ne semble pas avoir laissé de traces, ce qui l'amène au stade génital où il peut prendre conscience de sa différence sexuelle en voyant sa mère nue. Le désir envers la mère se construit alors pour prendre son apogée vers six ans : « Je la regardais prendre sa douche, je la regardais tout le temps ». Son trouble émotionnel est si fort que le seul moyen de le circonscrire est de le nier. Le

déni des pulsions sexuelles provenant du noyau énergétique devient, pour Stéphane, le déni du Moi en tant que sujet. Il devient ce que la mère souhaite, un objet d'amour sans sexe.

Ce déni fera que Stéphane ne peut pas accéder au complexe d'Oedipe, il est englué dans la phase prégénitale. En effet ne pouvant pas vivre l'identification œdipienne, il a dû régresser au stade anal dans lequel il s'est fixé. Ce sentiment de n'être qu'un objet non sexué et par voie de conséquence non sujet ayant un Moi fort, va bloquer Stéphane en regard de la vie. Il va inconsciemment se mettre dans des positions de vie frustrante, car il porte en lui la honte de ses désirs de plaisir. Il est coupable face à la vie. Depuis il peut rester très longtemps à regarder les filles ; inconsciemment il recherche ces instants de plaisir de sa prime enfance.

Mais cette mère immature le considérait comme un objet en se montrant nue, en couchant avec lui comme s'il n'avait pas de phallus, pas de désir sexuel. Cette castration due à la non prise en considération de ses désirs et de son phallus obligera Stéphane, pour ne pas être anéanti, à régresser et à se fixer au stade anal. — caca dans la culotte au moment où il est amoureux de la monitrice de colonie — La manipulation permanente de ses désirs fixe Stéphane dans une tendance masochiste : « Je prenais pour jouer toujours la voiture la plus laide ».

Quant au complexe d'œdipe, Stéphane avait honte de ce père souvent absent, que la mère dévalorisait et qui l'obligeait à trahir sous peine de lui retirer son amour. L'identification n'a pu se faire car ce père n'était pas à la hauteur d'un investissement affectif pour Stéphane : « J'ai honte de mon père ». Quant à sa mère, elle l'a trahi en allant d'un homme à l'autre.

La construction identitaire de Stéphane s'est faite sans repères, sans système de valeurs émanant du milieu parental. Il ne peut qu'être passif et féminin par rapport à la vie. Heureusement la famille et en particulier les grands parents maternels d'origine pied noir, ont suppléé ces déficiences et ont permis à Stéphane de se construire en limitant ses tendances.

Le caractérogramme de Stéphane :
passif féminin — oral — masochiste

Le premier travail avec Stéphane a été de le convaincre de ne plus dormir dans le même lit que sa mère et d'essayer de prendre son indépendance en allant habiter ailleurs. Ce qu'il a fait assez rapidement.

Nous avons longuement travaillé sur la colère pour qu'il puisse affirmer son Moi. D'abord sur les acting des yeux pour le sortir de ses peurs, il était dans un monde de méfiance face à la vie avec une tendance paranoïde. Nous avons travaillé sur l'enracinement de ses jambes et au rouleau pour l'aider à sortir ses émotions. Son corps s'est mis à vibrer. Il a pu pleurer sur la mort de son père. Mais il s'est refermé rapidement dans sa coquille car il se sentait en danger.

Au bout de quelques mois il s'est mis à vivre avec une copine qu'il aimait bien. Sexuellement ça marchait bien selon ses dires, mais elle fumait du hachisch plus que lui et l'entraînait dans ce délire. Ils se disputaient, se battaient, et se réconciliaient. Jusqu'au jour où ils se sont séparés.

Stéphane a continué sa thérapie et a donné la puissance de son engagement thérapeutique dans le travail de groupe. Son objectif était d'exprimer ses émotions et

lorsque cela se produisait, il était réellement émouvant, ses résistances s'émoussaient.

Sur le plan social, il s'est installé une première fois comme artisan, mais il était trop tôt, ce fut un échec avec tous les soucis financiers que cela entraîne. Il s'est refermé sur lui durant deux ans vivant d'expédients mais aussi se formant et grandissant. Puis il s'est mis à nouveau à son compte, et aux dernières nouvelles son entreprise fonctionne bien.

A ce jour Stéphane n'a toujours pas résolu la connexion avec ses émotions et surtout est toujours dans le déni de ses pulsions sexuelles, car il a toujours peur de perdre le contrôle. Il regarde toujours les filles. Il a des aventures de ci de là à leur invite, mais il est toujours en quête de celle qui le fera vibrer émotionnellement, comme il avait vibré pour sa mère, avec ce mélange de désir et de crainte de la trahison. Pour fuir ce conflit qui le perturbe, il axe toute son énergie sur son entreprise, mais il continue sa thérapie.

Derniere minute : Stéphane a trouvé son âme sœur dans une belle jeune fille. Il vit le parfait amour.

LE CARACTERE MASOCHISTE

Lorsque j'étais formateur, j'ai pu observer un de mes collègues qui avait un comportement typique de la cuirasse masochiste.

Il était d'origine arménienne, son corps était petit et gros sur des jambes courtes mais puissantes. Une tête chauve entre les épaules, sur un cou puissant et court. Son teint était olivâtre. Des yeux de chien battu, quémandeurs. Il était toujours dans une logorrhée provocatrice. Il s'arrangeait pour entrer en conflit avec tout le monde. Lorsqu'il avait réussi à créer la tension dont il se nourrissait, il devenait séducteur. Il était pingre au possible, et retenait toute l'énergie dans son corps. Une particularité extrême était son odeur. Bien qu'il fût propre, son corps dégageait une odeur repoussante, au point qu'il était impossible de rester dans le même bureau que lui. Toute sa personnalité dégageait l'idée de « repoussez-moi » et néanmoins ses yeux angoissés disaient « aimez-moi ». Je comprenais sa souffrance, mais ne pouvais rien pour lui. Il finit par avoir toutes sortes de maladies, il se fit opérer plusieurs fois. Puis je le perdis de vue.

La structure caractérielle masochiste décrit quelqu'un qui souffre et s'en plaint, se lamente tout en restant soumis. La soumission constitue la tendance dominante du masochiste, elle cache au plus profond de l'être une hostilité, une rancune et un sentiment de supériorité. L'orgueil du masochiste lui permet d'assimiler toutes les agressions extérieures. Cependant, ces émotions

agressives restent bloquées dans la crainte de l'explosion. Une cuirasse musculaire de rétention bloque toute expression directe et ne laisse sortir que plaintes et jérémiades.

Reich donnait comme illustration l'exemple d'une vessie remplie d'eau. Elle est tendue au maximum. Imaginons qu'elle soit vivante et qu'elle soit l'image de la structure caractérielle du masochiste et qu'à la place de l'eau, il y ait des émotions. Pour faire sortir celles-ci, il faut appuyer violemment du doigt sur cette peau pour libérer un peu de pulsion émotionnelle. Il y a souffrance, mais également soulagement et plaisir. En fait, le masochiste n'aime pas sa souffrance, mais le plaisir qu'il éprouve lorsqu'une partie de sa bioénergie peut s'exprimer.

Facteurs étiologiques

Le masochiste est un individu qui a été profondément humilié dans son enfance. Il a été dévalorisé et profondément nié durant les différentes étapes orale, anale et génitale :

- L'alimentation forcée et sans égard pour l'enfant agira sur l'oral
- La manipulation ou la violence pour rendre l'enfant propre aura une répercussion sur la frustration du plaisir anal.
- La manipulation de la mère, les fessées sont autant d'actions dévalorisantes et humiliantes au niveau génital.
- L'enfant perd la confiance en lui et dans les autres. Les sentiments tendres sont supprimés durant l'adolescence et laissent place à une suspicion et

une rébellion infantile. L'influence parentale ne vise que la conformité et les besoins matériels au détriment des légitimes aspirations affectives et spirituelles de l'enfant. La manipulation affective de la mère, la dureté du père, écrasent toute résistance. La seule porte de sortie pour l'enfant est de se mettre en autodéfense, en se créant une cuirasse pour se protéger.

FREUD a mis en évidence que masochisme et sadisme ne constituent pas des pôles opposés. L'un ne se rencontre jamais sans l'autre. Selon cette théorie, le sadisme provient d'une association de l'impulsion destructrice contre la personne frustrante et du désir sexuel correspondant.

SADISME ORAL SADISME ANAL SADISME PHALLIQUE

Frustration de la succion	Frustration du plaisir anal	Frustration génitale
Tendance destructrice	Désir d'écraser, de piétiner, de frapper.	Désir de perforer

Cette tendance destructrice vers le monde extérieur qui se développe à la suite d'une frustration, se retourne plus tard contre le MOI, devenant ainsi masochiste.

Pour REICH au contraire, dans sa théorie des pulsations PLAISIR/DEPLAISIR, la loi fondamentale est d'aspirer au plaisir et de tenter d'échapper au déplaisir, car rien n'explique le plaisir de la souffrance. Cette vision de REICH laisse l'espoir à l'homme. FREUD l'enferme dans une fatalité.

Donc, au premier rang des caractéristiques qui distinguent le masochiste, on trouve la sensation subjective de la souffrance et du malheur qui s'exprime par la tendance à se plaindre. La souffrance est réelle et les plaintes sont souvent justifiées. Il est difficile de comprendre que les deux ne soient pas reliées, que la satisfaction des complaintes n'enlèverait pas la souffrance. Le masochisme prend sa source dans les attitudes de désapprobation et de moquerie dans les premières années.

Les dynamiques bioénergétiques de la souffrance et du gémissement viennent du fait que l'énergie de l'organisme est emprisonnée par l'agression dirigée vers l'extérieur, fermant toutes les sorties, le désir retenu à l'intérieur crée la souffrance. Mais les sorties ne sont pas complètement fermées, ce serait la mort, elles sont plutôt sérieusement resserrées. Un petit filet d'énergie s'écoule au dehors. Verbalement ce petit filet d'énergie ou d'air produit ce son de complainte. Les tendances à l'autodestruction et à la dépréciation de soi sont une autre caractéristique du masochiste. Celles-ci ont été analysées psychologiquement pour signifier : « Vois comme je suis misérable, pourquoi ne m'aimes-tu pas ? ».

Donc, le dénominateur commun des premières expériences qui produisent le masochisme, nous le retrouverons dans le sentiment d'humiliation. Nous avons dit que les expériences qui ont produit un tel sentiment sont composées d'une alimentation forcée sans égard pour les sentiments de l'enfant et d'un entraînement à la propreté qui viole les sentiments de privauté de l'enfant envers son propre corps.

Le jeune enfant, comme l'animal mène une bataille acharnée contre ces interférences dans ses fonctions naturelles. Il est rare que la mère emploie la force

physique pour atteindre cette fin. Le consentement est récompensé par l'approbation et la rébellion par la désapprobation. Tous les masochistes montrent un besoin anormal d'être approuvés. Ils s'efforcent de plaire, espérant que l'approbation leur apportera l'amour. Il est très humiliant pour un organisme de sentir que sa sécurité et son acceptation dépendent de sa servilité. Pour le masochiste c'est la grande course vers la servilité. Dans l'histoire de chaque caractère masochiste on retrouvera une période de rébellion parsemée d'accès de colère et de réaction de rancune. A ce stade l'agression est encore dirigée vers l'extérieur. Les enfants rebelles peuvent montrer plusieurs traits masochistes, mais il n'y a pas de sentiments de souffrance. Les sentiments tendres sont remplacés en faveur des sentiments de défiance et de rébellion. Ce n'est qu'après que le besoin sexuel se soit fortement affirmé que le piège se referme, car le conflit entre le besoin et la rancune, la conformité et la rébellion s'intensifie au point qu'il n'y a plus de solution possible.

Le caractère masochiste est une structure prégénitale. Le problème débute avant que la fonction génitale soit établie. On peut aussi le considérer comme un aspect du problème oral car il empêche la progression naturelle vers l'indépendance, non par la privation mais par la suppression des sentiments tendres de l'enfant. Parce que le masochiste a grandi dans un environnement hostile à l'expression de ses tendres sentiments, il ne peut réagir à la tendresse de quoi que ce soit que par la défiance. Sa mère a joué sur son amour pour l'humilier, ses appels et ses supplications ont été ignorés.

Etant donné la forte tension à toutes les sorties, le masochiste ne peut parvenir à la décharge qu'en poussant quelque chose à l'extérieur. Dans le travail et la sexualité, on retrouve cette analogie. Il persiste tellement dans le

travail que cette tension serait insupportable pour d'autres. Il n'est ni relaxé, ni à l'aise dans son activité. Il travaille avec ses tripes mais pas avec son cœur. Ceci a pour conséquence que ses entreprises manquent de créativité et de spontanéité. Comme il met ses tripes dans tout ce qu'il fait, il est bon travailleur. Ceci se rattache à son grand besoin d'approbation. A la longue, cette poussée lui noue les entrailles à un tel degré que l'écroulement est inévitable. La tendance à obtenir une décharge par pression et force est plus évidente dans la fonction sexuelle que dans le travail. Mais c'est encore plus désastreux. La pression peut produire quelque chose dans le travail, mais dans le cas de la sexualité, elle inhibe le plaisir de la génitalité. Il en résulte un sentiment de rancune contre le partenaire. Le schéma caractéristique est fait de contrainte et de récrimination, d'effort et de ressentiment. Surplombant tout le problème, il y a la culpabilité associée à la sexualité, la honte de la génitalité et la peur de l'assertion du MOI.

La particularité du caractère masochiste est l'alternance de l'anxiété et l'effondrement dans un marasme. « *C'est comme s'enfoncer dans des sables mouvants où chaque effort nous enlise davantage* » écrit Théodore Reik. (« 32) A. Lowen précise « *Ce n'est pas une impasse mais une lutte constante, non un état statique mais une condition mobile intensément dynamique. Chaque mouvement vers l'avant est fait avec une anxiété croissante jusqu'à ce que, épuisé on tombe à nouveau dans le marais. Là on rumine jusqu'à ce que de nouvelles impulsions, un jour nouveau ou de nouvelles conditions exigent un autre effort. La voie de sortie est à travers la décharge génitale, mais cette voie est bouchée par une terreur inconcevable. On doit appliquer une force extérieure pour forcer la barrière. Quelquefois littéralement, mais toujours figurativement, le masochiste doit être fouetté pour aller de l'avant. » (33)*

Comme il s'est construit une cuirasse épaisse d'autodéfense, le masochiste s'est enfermé dans son propre piège dans son expression vis à vis des autres. En effet il a beaucoup de difficultés, quoique sensible et intelligent, à exprimer une idée, un sentiment. Il met cette intelligence au service de sa méfiance et de sa suspicion. Par son comportement, il provoque dans son entourage des tensions dont il s'alimente, la sensation de ses tensions le rassurant dans son existence même. Ce comportement provocateur a pour but de faire réagir violemment l'autre, lui procurant une émotion intense et perverse, remplaçant ainsi l'émotion orgastique. Car il vit mal son orgasme. La sensation pré-orgastique est perçue comme un châtiment visant à le dissoudre. C'est l'angoisse de la mort. Cette angoisse issue de la sensation de fondre, de disparaître, fait ressentir au masochiste le plaisir génital comme une agression, une punition et un danger. L'angoisse surgit toujours au moment décisif pour transformer le plaisir en déplaisir. Le masochiste donne l'impression qu'il cherche des expériences autopunitives. En réalité, il cherche le plaisir. Une autre source de tension importante pour lui est sa peur d'être abandonné. Il ne supporte pas de perdre une relation d'amour. Cela signifie pour lui la fin de son existence car il est nié dans son épiderme. Il reproduit ici un vécu de son enfance.

Ce caractère a peur. Il a la tête enfoncée dans les épaules. Son cou court l'empêche de dresser la tête. Il en va de même pour les organes génitaux, car il a la crainte qu'on le castre, ce qui provoque une forte angoisse. Le masochiste a pour fantasme d'être pincé, battu, fouetté, lié. Il aime voir saigner sa peau, il a horreur du froid, il aime le lit. Le contact physique épidermique est la recherche d'une sensation éprouvée dans l'enfance.

Réalité bioénergétique

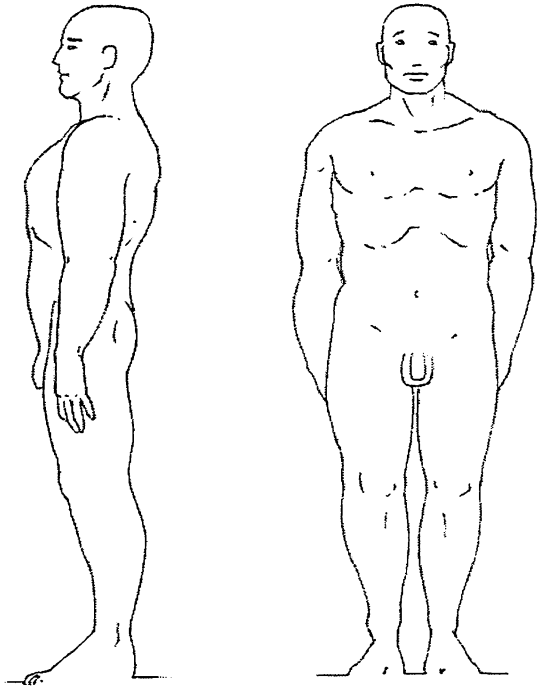
Le MOI du masochiste confond déplaisir avec plaisir. L'émotion provoquée par le déplaisir est identique pour lui à celle provoquée par le plaisir. La différence est que le déplaisir provoque une forte tension. Lorsque celle-ci est permanente, elle oblige ce caractère à se créer une cuirasse de défense, ce qui fait qu'on peut observer chez le masochiste des caractéristiques physique chez le masochiste.

Un corps court, épais, musclé surtout aux épaules et dans le haut du dos. La tête est rentrée dans les épaules, les yeux sont soit quémandeurs, soit porcins. La couleur olivâtre de la peau signale une stagnation de la bioénergie. Il y a un affaissement à la taille dû à la forte charge de bioénergie dans le corps. Ce corps, carré et court dans son aspect est doté d'une pilosité abondante sur les épaules, le dos, la poitrine et le ventre

La structure du masochiste est pleinement chargée Bioénergétiquement, seulement il y a blocage au niveau du cou et de la taille, ce qui explique la forte tendance à l'angoisse. Le pelvis de ce caractère est en décharge constante, c'est-à-dire en avant. Les fesses sont plates et rentrées. La posture ressemble à l'arrière-train d'un chien battu, la queue entre les jambes.

Les organes périphériques sont eux partiellement déconnectés en bioénergie, ce qui conduit à une expression gestuelle maladroite. En amour, le masochiste utilise peu ses mains. Ses fesses et ses cuisses sont tendues pour préserver l'anus, dans la crainte de se faire posséder, (au sens propre comme au figuré). Dans la gorge, il y a conflit créé par la peur de devoir avaler la nourriture de

force ou de devoir la rejeter. Les épaules rigides protègent cette gorge.



La bioénergie est bloquée dans le thorax. La puissance de ce blocage affaisse la taille. Les jambes sont puissantes. Le cou est court et également puissant. Les yeux plissés retiennent l'énergie. Les fesses sont plates et le pelvis est en décharge. Le sphincter anal est induré.

Ce caractère sent qu'il a beaucoup à offrir en amour et à la vie en général, si seulement il pouvait l'extérioriser. Le travail consiste donc à lui permettre d'exprimer sa douleur, mais l'expression plaintive continuelle de cette douleur risque de gêner le travail thérapeutique. Il faut donc amener le patient à prendre conscience de son comportement, le rassurer quant à l'amour dont il a

besoin, l'aider à dénoncer son déplaisir et à aimer le plaisir. Un grand travail s'impose sur l'induration musculaire, en particulier sur la charge se situant au niveau du haut du dos et des épaules. Puis au niveau du cou afin de parvenir au lâcher prise, et enfin au niveau du pelvis pour le resituer dans une position plus équilibrée.

L'expression de la colère en frappant, permet de canaliser ces énergies bloquées en haut. Permettre de sortir les cris violents va libérer les plaintes pour accéder véritablement aux émotions contenues.

Le travail sur les yeux va libérer en lui cette méfiance du monde, inscrite dans ce segment et lui permettre de se connecter avec lui-même, réellement.

Le travail sur le rouleau a l'avantage de mettre le corps dans un grand stress. Je m'en sers pour rétablir la circulation de la bioénergie au niveau du bassin et des jambes. Néanmoins il faut se méfier de la jouissance que ce caractère peut éprouver dans la position de stress au détriment de la sensation de libération de l'énergie qui s'écoule. Ce qui se traduit par des spasmes incontrôlés et des vibrations des jambes.

Insister par des massages bioénergétiques sur les muscles indurés, puis progressivement amener l'énergie au niveau de l'épiderme pour accéder au plaisir de la caresse et non plus de la violence.

C'est un travail difficile et de longue haleine que de sortir ce caractère de son bourbier émotionnel, mais j'ai pu obtenir des résultats réels avec beaucoup de patience et d'amour. L'énergie du transfert est un moteur particulièrement important dans le cas de la cuirasse masochiste. « Enfin avoir confiance sans la crainte d'être manipulé. »

LE CAS THOMAS

Thomas est venu me consulter pour cicatriser une grande souffrance provoquée par une déception amoureuse. Il était en thérapie avec un confrère et lors d'un travail de groupe, il est tombé amoureux d'une stagiaire. Ils eurent des relations sexuelles satisfaisantes et cela dura quelques mois. Jusqu'au jour où Thomas surprit son amante dans les bras d'un autre. Ce fut pour lui une déchirure douloureuse. La douleur était telle qu'il en voulait au groupe et surtout au thérapeute. Il cessa donc sa thérapie et vint me voir sur le conseil d'une de ses amies.

Thomas avait la conviction d'avoir été manipulé, spolié, humilié. Il pleurait sur son malheur et ne trouvait pas de remède à sa souffrance. Thomas souffrait de douleurs lancinantes au dos. Il avait eu un accident et avait été opéré. Depuis il avait toujours mal.

Le corps de Thomas est dans l'ensemble bien proportionné. Il a un visage d'enfant, malgré ses 45 ans. Sa tête penche en avant et ses yeux sont plissés et rusés, mais il peut aussi les dilater dans une demande d'amour. L'ensemble donne l'idée d'un chien battu. Le cou est douloureux, le haut du dos et les épaules sont chargés en énergie, c'est comme s'il portait un poids. Ce qui produit un affaissement de la taille. Le bassin est bloqué plutôt en décharge. Les jambes sont solides bien que mal irriguées en énergie.

L'étude de l'étiologie révèle que Thomas est né à l'aide de forceps après plusieurs heures d'efforts, complètement cyanosé. Il sera nourri au sein plusieurs mois. Sa mère lui racontait qu'elle s'amusait à le retirer du sein pour le voir devenir rouge de colère et crier. Au stade anal, sa mère lui titillait l'anus pour qu'il fasse caca au moment où elle le

souhaitait, « comme ça j'étais tranquille pour la journée » disait-elle.

Thomas est le deuxième enfant dans la fratrie ; il a une sœur aînée de deux ans et une cadette de trois ans.

A deux ans Thomas est expédié dans un home d'enfant dans les Alpes. Puis à trois ans lui et sa sœur sont mis dans une institution religieuse à la campagne. Thomas se sent abandonné. A 4 ans, il est placé chez un couple de fermiers. Il dort dans un grenier, ne se lave pas, son visage est couvert d'impétigo. Thomas n'a aucun contact affectif, ni chez les bonnes sœurs qui l'élèvent dans la religion (faute, pénitence, pardon), ni chez les fermiers. « Vers sept ans mes parents me prennent avec eux. Je découvre alors ma famille que j'avais tant espérée durant les années passées à la campagne ». Il suce encore son pouce, sa mère s'empresse de lui en faire passer l'envie.

La mère de Thomas entre souvent dans des crises émotionnelles hystériques en les menaçant de se jeter par la fenêtre ou en poussant le père à bout pour qu'il châtie les fautes des enfants. Ces cris et cette menace de se jeter par la fenêtre terrorisent les enfants, au point qu'ils récitent des « je vous salue Marie » pour circonvenir la menace.

Le père est servile, « il ne tient pas tête à ma mère, ma relation avec lui était sous forme d'engueulade ».« Un an après mon retour de la ferme, mes parents se disputent constamment avec violence et coups, puis se séparent. Mes sœurs vont vivre avec ma mère et moi avec mon père. » Thomas ressent un effroyable abandon.

« Je suis placé dans une pension religieuse. Tante Emilie paie ma pension. J'ai 8 ans. La pension est un

ancien séminaire qui ressemble à une prison. Je vis dans un véritable dénuement, je mange une mauvaise nourriture que je ne peux avaler, je porte des souliers trop petits qui me font souffrir et qui rapidement se déchirent. J'ai peu d'amis, je reste le dimanche avec ceux qui comme moi ont des parents éloignés.

Seule tante Emilie m'adresse parfois une lettre. Souvent le soir dans mon lit, je pleure en pensant à ma mère. A la pension je prends des coups par les grands, je suis incapable de me défendre. Je suis amoureux d'une surveillante, mais j'ai honte de mes vieux vêtements. Dans le dortoir ce sont les premières expériences sexuelles, je n'aime pas, mais je participe quand même.

Ma mère a entièrement accaparé mon esprit et mon coeur, par les frustrations qu'elle me fait vivre. Vers 12-15 ans je retourne chez mon père. L'ambiance à l'extérieur change, je fréquente des voyous. Ma mère me rappelle en me disant qu'elle se sent devenir folle. J'accours. Je fais les courses, le ménage. Ma mère se promène nue dans l'appartement. J'éprouve malaise et dégoût. Puis ma mère trouve un amant et part en voyage. Je ne la reverrai que bien des années plus tard.

A 15 ans j'arrête mes études et j'entre dans la vie active. Je reprends mes études à 17 ans et passe mon bac l'année suivante. A cette époque, les filles me préoccupent, mais je n'ai pas d'amie. Je perds mon pucelage à 18 ans. C'est le début d'une collection de filles. Je vis Mai 68, je subis la violence des CRS. Puis je fais mon service militaire. »

Par la suite Thomas deviendra médecin et gagnera beaucoup d'argent en vendant du matériel médical. Sur le plan affectif, il aura deux femmes et trois enfants. Ses

deux femmes l'ont trahi. Inconsciemment il entrera dans un système d'autodestruction de son corps. Il se fera opérer plusieurs fois.

Thomas dont l'enfance n'a jamais été reconnue, qui a dû se soumettre pour survivre, qui a été dans un dénuement affectif et matériel total, a inscrit dans son bio scénario initial l'injonction maternelle : « N'existe pas ». Les humiliations qui ont participé aux frustrations de Thomas ont commencé dès le stade oral, lorsque sa mère lui enlevait le sein en riant pour le voir pleurer ; ont continué au stade anal où il était violenté par un thermomètre l'obligeant à déféquer sans tenir compte de son plaisir anal et pour couronner le tout, les différents abandons dans sa prime enfance ont obligé Thomas à se construire une cuirasse de soumission masochiste.

A sept ans il se retrouve chez sa mère, et là, l'investissement œdipien se trouve bloqué par le chantage affectif hystérique de la mère : « Je vais me tuer », face à un père soumis. Il en résulte pour Thomas une identification passif féminin qui le suivra dans toutes ses relations amoureuses. La trahison de son dernier amour a ravivé son scénario initial et le place dans un conflit entre sa pulsion d'auto-conservation et l'injonction qu'il a introjecté : « N'existe pas ». Ce conflit génère des tendances de cuirasse paranoïde et masochiste, mais aussi une haine intense, sadique, qui ne peut s'exprimer qu'à travers son comportement procédurier.

Le comportement de Thomas durant la thérapie évoluera suivant les circonstances. Les premiers temps il est méfiant, mais soumis et séducteur. Son investissement dans la thérapie se fait plus au sein du travail de groupe thérapeutique qu'en séance individuelle. Puis petit à petit s'installe la confiance. C'est alors qu'il est dans la crainte

de l'abandon : « Bruno, tu ne me laisseras pas tomber », puis lorsqu'il est rassuré, apparaissent des résistances. Il ne vient pas régulièrement aux séances individuelles. La thérapie n'est pas reportée d'une semaine à l'autre, c'est lui qui, de temps en temps, lorsqu'il se sent mal, décide de venir en consultation. Thomas est pingre, bien que très aisé, il ne peut pas investir pour son bien-être, reproduisant ainsi son scénario initial : « N'existe pas ».

Le premier travail a été de libérer Thomas de sa douleur au dos. Cette douleur fut longtemps le prétexte aux résistances du travail corporel. Puis nous avons travaillé sur les yeux pour libérer ses peurs, rétablir la confiance envers les autres, sur l'émotion de colère pour affirmer son Moi. Durant le temps de sa thérapie, il a une liaison qui dure quelque temps. Nous avons travaillé longuement sur l'enracinement et le principe de réalité.

Thomas est procédurier, il a une haine obsessionnelle des pouvoirs institutionnels — il les a douloureusement subis — et dépense une énergie considérable à se battre contre eux. Il gagne d'ailleurs la plupart du temps. Puis Thomas prend du champ, « il a besoin de prendre du recul par rapport à la thérapie », dit-il.

Certes, le travail thérapeutique de Thomas n'est pas terminé car il n'a pas réglé le problème affectif et sexuel, mais il n'est plus dans la douleur, ce qui lui permet d'être dans l'activisme, fuyant ainsi sa problématique. Le lien entre Thomas et le thérapeute est solide, aussi je ne désespère pas, il reviendra, encore faut-il qu'il retrouve l'estime de soi.

L'étude du caractérogramme de Thomas montre trois tendances :

Masochiste — passif — féminin — orale.

LE CARACTERE SADIQUE

Le sadique est sec, incisif, caustique. Cette tendance est manifeste chez le compulsif et chez certains caractères hystériques et psychopathes. On associe le sadisme au masochisme, l'un étant complémentaire de l'autre. Le sadisme véritable est rare car son existence est liée à la destruction et à la souffrance de l'autre. La société se protège donc contre de tels individus. Néanmoins, l'histoire de l'humanité est pleine de périodes qui ont favorisé l'éclosion des pulsions sadiques, de la Rome Antique avec les jeux du cirque, en passant par l'Allemagne Nazie, la guerre d'Algérie, le Vietnam. Et plus près de nous, tous ces pays totalitaires qui torturent dans leurs geôles des milliers de personnes. Cette ambiance sadique institutionnelle favorise l'éclosion du désir de jouir de la souffrance de l'autre.

Les facteurs étiologiques

L'enfant a été pris entre deux pressions qui l'ont induré : d'une part, une mère dépourvue d'émotion et ne pouvant transmettre l'amour nécessaire à l'enfant, de la naissance en passant par les différents stades oral, anal, génital ; d'autre part, cette mère étouffant toute expression émotionnelle de l'enfant par une répression physique ou intellectuelle. L'enfant est pris entre ces deux influences et doit combattre ses propres pulsions de plaisir. Dans ce cas, il construit une cuirasse caractérielle extrêmement puissante et tendue, capable de contenir ces pulsions au

point que cette cuirasse isole l'individu des sensations normales. La Bioénergie hyper concentrée dans cette cuirasse ne peut sortir que si une force émotionnelle plus grande vient la délivrer.

Mais le drame pour le sadique est que pour se libérer, il doit agir avec violence. Celle-ci libère son trop plein de bioénergie, mais contracte encore plus sa cuirasse caractérielle, accentuant ainsi son induration. Celle-ci devient chronique et provoque un état de sympathicotonie. D'où pour le sadique, le besoin de répéter ses actes violents et d'en augmenter la force, allant jusqu'à la destruction de l'autre. Il perd tout contrôle et devient un danger mortel pour la société.

Comportement du caractère.

Le sadique est d'un abord glacial. Il émane de sa personne une impression de non-vie qui procure un malaise. Il s'isole volontiers du groupe social, car il en a peur. Il préfère assurer son pouvoir dans une relation duelle. Il aime humilier l'autre par toutes sortes de mascarades. Le fantasme de la puissance que procurent les vêtements de cuir — qui est la peau d'animal sacrifié — est très prisé chez les sadiques. Il se sent puissant, il est maître de ses émotions. Cela lui permet de compenser son humiliation, ses mauvais orgasmes, son impuissance. Il se donne l'illusion de dominer. Cette quête chez lui devient obsessionnelle, il a un besoin criant de violence pour accéder à une libération de sa bioénergie. Plus il a de violence, plus il s'indure et plus il en a besoin.

Heureusement, il n'existe que peu d'individus ayant une caractéristique purement sadique. La pression de la société régule les tendances, mais on peut dire qu'il existe

des tendances sadiques dans beaucoup de comportements socioprofessionnels, en particulier chez les individus qui exercent un pouvoir sur les autres. Dans toutes les corporations, on retrouve des petits chefs ayant une tendance sadique. On trouve particulièrement des tendances sadiques dans certaines professions comme infirmières, chirurgiens, enseignants, policiers etc... Les manifestations ne sont pas des explosions violentes, mais celles d'un sadisme intellectuel tendant à culpabiliser l 'autre. C'est se servir de son pouvoir institutionnel pour humilier l'autre et en avoir du plaisir.

Cette tendance culturelle existe dans notre société et d'une manière larvée, elle prédomine dans l'éducation. Le résultat est que nous avons tous des tendances masochistes et par-là même sadiques. Le sadique est complémentaire du masochiste et inversement. Dans une telle relation, le sadique garde l'illusion du pouvoir, mais le masochiste sait qu'au fond, sa pulsion d'auto-conservation lui permet d'être le véritable maître de la relation.

La réalité bioénergétique.

Le sadique est plutôt mince et bien proportionné, sa peau est glabre, car la bioénergie a disparu de la périphérie pour se concentrer au centre. Le visage émacié, les yeux durs, les lèvres serrées, il a un masque dur. La cuirasse musculaire est extrêmement compacte, les muscles sont fins mais très indurés formant un véritable corset. La cage thoracique peu développée ne permet qu'une respiration diminuée, de ce fait le corps est mal irrigué en oxygène. Le ventre est extrêmement dur et les fesses bien qu'en charge, sont sous tension permanente. Souvent dans l'impuissance d'éjaculation sexuelle, le sadique a de

faibles orgasmes qui ne libèrent pas assez de bioénergie, le laissant ainsi insatisfait.

Travail.

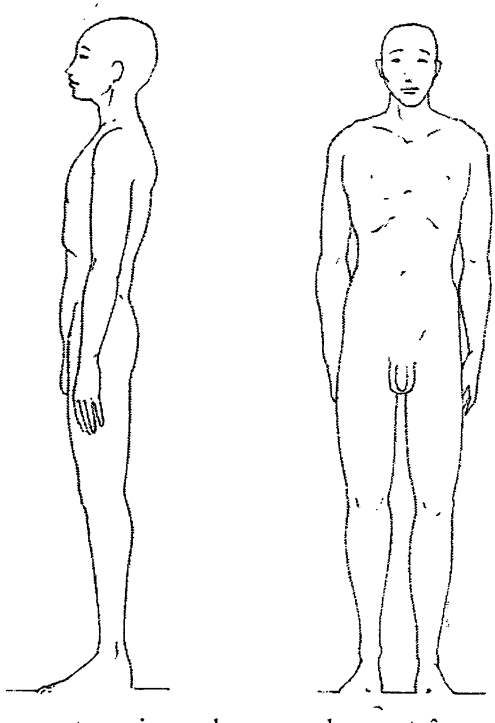
Il s'agit de permettre l'expression de la colère et de la rancœur emmagasinée depuis l'enfance, de libérer les stases de bioénergie surtout au niveau du thorax. Rétablir la circulation bioénergétique en libérant le diaphragme par les acting de la respiration. La frustration profonde de cet individu, se situe au niveau des sensations et rétablir ce contact c'est le ramener à la vie. Il s'agit de rééduquer les sensations pour accéder à la réalité, d'agir pour que dans un travail de groupe, l'individu se sente reconnu et aimé.

La différence entre un sadique et un masochiste.

Un sadique n'a pas eu d'émotion au départ et toutes les tentatives d'expressions émotionnelles ont été étouffées, d'où le repliement sur soi et la contraction psycho-corporelle. Un masochiste a eu des émotions mais a été à un moment donné des stades oral, anal et génital, privé de son plaisir soit par manipulation soit par violence. Il en résulte un être soumis mais aussi provocateur, permettant ainsi à l'autre de le soumettre. FREUD dit que le masochisme est un auto-sadisme, « *un retournement vers l'intérieur d'une pulsion agressive primaire normalement dirigée vers le monde extérieur* ». En 1920 Freud élabore une nouvelle théorie qu'il exposa dans « Au delà du principe du plaisir ».( )

pulsion de mort La structure sadomasochiste apparaît lorsque entre deux et quatre ans, le désir de la libido rencontre la (les forces extérieures). La rencontre suscite

deux formes d'agressivité : l'une tournée vers l'extérieur (sadisme) l'autre tournée contre le sujet lui-même (masochisme). Nous avons vu que W. Reich a toujours rejeté l'idée d'une pulsion de mort et que pour lui le masochisme n'était pas une quête de la souffrance mais une quête du plaisir, seule sa cuirasse l'empêchant d'y accéder.



Le corps est maigre, les muscles extrêmement indurés provoquent une cuirasse dénuée d'expression émotionnelle

Pour le sadique le processus est le même, desserrer la cuirasse pour retrouver la pulsion de plaisir. Néanmoins, il faut être lucide et bien admettre avec FREUD, que nous sommes tous des pervers polymorphes, voyeuristes, exhibitionnistes, fétichistes, sadiques, masochistes, homosexuels, et il est clair que ceux qui ne se reconnaissent pas dans ce tableau sont refoulés.

LE CAS PAUL.

C'était la première fois que le groupe se réunissait. En cercle, assis sur les coussins, chacun avait pris une place. Paul s'était quasiment installé au centre du cercle. Son sourire ressemblait à une envie de mordre. Une des stagiaires lui fit remarquer son décalage avec le reste du groupe. Les yeux de Paul se durcirent et en quelques mots blessa son interlocutrice. Cette première rencontre situe Paul. Il provoque, il dit des mots blessants, il est toujours prêt à mordre.

Les yeux gris de Paul sont secs et durs, des yeux d'acier. Son nez est proéminent, sa bouche aux lèvres fines laissent apparaître les canines décalées par rapport au reste de la dentition. C'est pour cette raison que, lorsqu'il sourit, on dirait qu'il va mordre. La peau de couleur ivoire ressemble à un parchemin. Le corps de Paul est maigre et sec. Le thorax est étroit. Tous ses muscles sont fins et indurés. on bassin est en décharge, on retrouve là une analogie avec la structure masochiste. Ses membres sont mal irrigués en énergie. L'haleine de Paul est particulièrement fétide.

Paul nous dit qu'il est malheureux, frustré sexuellement. Il est marié. Sa femme et lui s'étaient séparés, il y a quelques années, puis ils se sont remis ensemble. Ils ont deux grands enfants. Il fait du yoga depuis de nombreuses années, ce qui explique sa maîtrise de soi. A la suite de ce travail de groupe Paul a voulu faire une thérapie individuelle.

Paul n'a pas été désiré. Il été conçu lors d'une aventure amoureuse. Sa mère qui était institutrice dans un village a très mal vécu le fait de se retrouver enceinte. A l'époque il n'y avait pas de contraceptif, et le fait d'être fille mère

était un déshonneur, surtout en étant institutrice. Donc elle dut changer d'affectation. Paul n'a pas été allaité. Sa mère avait peu de temps à lui consacrer. Mère autoritaire, sans tendresse, il devient propre très tôt, ce qui laisse supposer une frustration anale. Son enfance s'est passée qu'au seul contact de sa mère, laquelle n'a jamais eu d'homme dans sa vie. Il a vécu l'école primaire dans la classe de sa mère, l'école du village ne comptant que deux classes. Il devient le confident et le seul homme de la maison. La relation mère-fils est uniquement intellectuelle, jamais il n'y a eu de manifestations affectives. Les émotions n'existaient pas dans ce système d'éducation. Il faut tout maîtriser pour être conforme aux regards des autres. Adolescent, il est très timide. Ses camarades se moquent de lui. Puis il part en apprentissage, car scolairement il est plutôt médiocre. Il a quinze ans. Le départ de la maison a été une déchirure, mais également une espérance. Il rencontre d'autres camarades et découvre la masturbation. Ses copains ont des petites amies, mais pas lui, il en souffre mais est trop timide pour aborder les filles. Puis il fait son service militaire. A vingt ans, il a sa première expérience sexuelle avec une prostituée, expérience très mécanique et frustrante.

Puis une jeune fille du village le séduit, elle devient sa femme. C'est une maîtresse femme qui prend les décisions de la vie. Paul suit. Sexuellement son épouse a du plaisir, mais lui a de grosses difficultés à éjaculer et lorsque cela arrive, il n'a presque pas de plaisir. Ils ont deux enfants. Sa femme le quitte durant six mois pour un autre homme, puis elle revient. Sa femme décide d'aller vivre en ville. Elle ouvre un magasin de vente de laines. Paul suit et depuis des années travaille pour sa femme.

En fait, par son mariage, Paul perpétue le scénario de son enfance. Dépendre d'une femme-mère où le lien n'est

constitué que par une énergie matérielle, sans affectivité, sans émotion, sans amour. Paul est dans l'incapacité d'aimer, car toute son enfance s'est construite sur des influences matérielles et intellectuelles. L'admiration sans borne qu'il porte à sa mère le met toujours dans une situation infantile qui génère un complexe d'infériorité. D'où la difficulté scolaire : « Je ne peux pas être à la hauteur ». La mère est placée sur un piédestal, or celle-ci a payé toute sa vie le fait d'avoir fauté - elle n'a jamais connu d'autres hommes — inscrivant ce sentiment de culpabilité dans les influences éducatives de son fils. Le sexe et le plaisir sont une faute qui génère un sentiment de culpabilité. Paul n'a accédé à aucun plaisir sensoriel durant son enfance. Il n'a pas été allaité.

Il a tout le confort matériel, comme avec sa femme, mais son corps n'a jamais vibré, il n'a jamais eu de joie ni de peine. En bref, il n'a jamais été en contact avec des émotions.

Néanmoins, comme tout un chacun, Paul subit les assauts des pulsions provenant de son noyau énergétique. Ces pulsions de plaisir provenant de sa libido, Paul ne peut pas les vivre, il est obligé de se construire une cuirasse caractérielle très puissante pour les contenir, d'où cette musculature fine, mais extrêmement indurée qui bloque toute expression émotionnelle. Pour ressentir une vie en lui, une émotion, Paul laisse fuser une énergie tellement concentrée qu'elle se traduit par une agression verbale, le mot qui blesse, qui tue — la cuirasse sadique — Les réactions des autres à son égard sont toujours vives, ce qui lui procure une contraction supplémentaire qui l'abrite de la sensation de ses propres émotions. Avec son épouse, Paul entretient inconsciemment une relation sado-masochiste. Ils sont complémentaires.

L'étude du caractérogramme de Paul montre trois tendances :

sadique — orale — passif — féminin .

Dès la première séance de travail, Paul est entré en tétanie. Sa réaction de défense s'explique par le fait que travailler sur les émotions, alors que toute sa vie a consisté à les refouler, lui crée une peur panique. Petit à petit nous avons pu instaurer un climat de confiance. Paul n'a pas pu s'identifier à son père puisqu'il est inconnu. Le travail sur sa musculature à été très long, puis l'expression émotionnelle est arrivée. Les pleurs ont lavé les yeux de Paul. Son visage s'est adouci. Il a pris du poids. Il a pu accéder aux orgasmes et même il fantasme sur les filles dans la rue. La femme de Paul a vendu, pour cause de retraite, ses trois magasins de laine. Ils sont partis vivre à la campagne. Paul a soixante-cinq ans, voit chaque jour sa mère.

LE CARACTERE PHALLIQUE-NARCISSIQUE

Les types caractériels sont différenciés psychologiquement par leur structure du MOI, c'est à dire par leur attitude envers la réalité. Bioénergétiquement ils peuvent être différenciés par leur fonction génitale. Le caractère oral et masochiste sont des types prégénitaux : leur contact avec la génitalité est en insécurité, leur attitude envers la réalité est infantile.

On regroupe dans une catégorie toutes les formes de caractère qui sont ancrées dans la génitalité, avec une structure plus ou moins cuirassée et qui sont plus ou moins sécurisées dans leur relation avec la réalité. La névrose dans une structure caractérielle génitale se manifeste par une rigidité tant psychologique que somatique — structure rigide-. C'est le caractère hystérique chez la femme, la contrepartie masculine, c'est le phallique narcissique.

On fait une distinction entre les types de structures rigides masculine et féminine, parce que le problème génital en principe est différent pour le garçon et la fille. Alors que le trouble de base causé par la rigidité affecte la fonction de chaque sexe de la même manière, le comportement sera différent en principe pour chaque sexe. Je dis en principe, car il arrive de trouver une structure hystérique chez l'homme et une structure phallique narcissique chez la femme.

Le caractère phallique narcissique est sûr de lui, souvent arrogant, vigoureux, rigide et souvent

impressionnant. On retrouve souvent ce caractère chez les militaires. Ce caractère décrit une structure de personnalité qui est enracinée dans la réalité et ancrée dans la génitalité par des mécanismes de défense du MOI, qui sont absents dans les structures prégénitales. Un des traits les plus importants est « le courage agressif » qui fréquemment conduit au succès. D'un autre côté, cette conduite agressive elle-même remplit une fonction de défense. Le caractère du phallique-narcissique peut aller de la santé presque parfaite à la névrose grave. Chez les relativement moins névrosés de ce type, la réussite sociale, grâce à l'agression libre, est forte, impulsive, énergique et en général productive ; plus le caractère est névrosé, plus la réussite est étrange et d'un seul genre. Le problème de l'ambition chez le phallique-narcissique peut être rattaché à l'érotisme urétral à travers les sentiments de honte. La fonction de miction peut revêtir une qualité agressive. L'énurésie peut avoir une signification agressive et haineuse visant à blesser les sentiments de ses parents.

Les facteurs étiologiques

Le traumatisme se situe entre trois et six ans, lorsque l'enfant découvre sa génitalité. En général, la mère est omniprésente et désirée et le père absent de la scène familiale. Le désir de l'enfant est rejeté par la mère. Cette frustration aboutit à l'identification à la personne frustrante, c'est-à-dire la mère. Autrement dit, le petit garçon introjecte l'objet féminin et va se tourner vers le père dans un rôle homosexuel tandis que la mère favorise le côté narcissique de l'enfant.

La frustration de l'exhibitionnisme phallique et de la masturbation, due aux rapports avec la mère aboutit à l'identification avec elle et au renforcement de la position

anale. A ce processus s'oppose immédiatement une réaction phallique exhibitionniste et agressive. Cette frustration profonde de la satisfaction sexuelle suscite des pulsions sadiques. Le phallus devient un instrument de vengeance vis à vis des femmes. Dans l'acte sexuel, le phallique-narcissique veut prouver sa virilité. Son phallus ne vise qu'à percer pour anéantir et dégrader sa partenaire.

Il existe aussi des femmes phalliques-narcissiques. Le processus originel est le même mais avec le père. La vengeance sadique se fera contre les hommes. Emasculer l'homme pour le rendre impuissant.

Comportement du caractère.

Le caractère phallique-narcissique se défend contre ses pulsions homosexuelles par un comportement agressif. Son narcissisme et l'accentuation phallique deviennent une arme pour ne pas régresser au stade anal.

La réaction phallique exhibitionniste et agressive c'est-à-dire masculine, n'a pour but que de masquer l'identification à la mère. C'est pourquoi ce caractère se signale dans le comportement sexuel par une tendance à la fellation active et passive ainsi que par une attitude maternelle envers les jeunes hommes. Il éprouve le besoin de façonner, de mettre son empreinte sur ses partenaires, puis cela étant, il va heurter sa partenaire ou la quitter par peur d'être abandonné par elle. On rencontre aussi chez les phalliques-narcissiques une tendance à la polygamie.

Dans les types de structures rigides mâles, la peur inconsciente du châtiment pour l'activité génitale est la clef de la névrose. Face à cette peur, le mâle phallique est défiant, rebelle et agressif. L'agressivité est surdéterminée

et est utilisée pour voir jusqu'où il peut aller avant de provoquer la riposte.

Réalité bioénergétique.

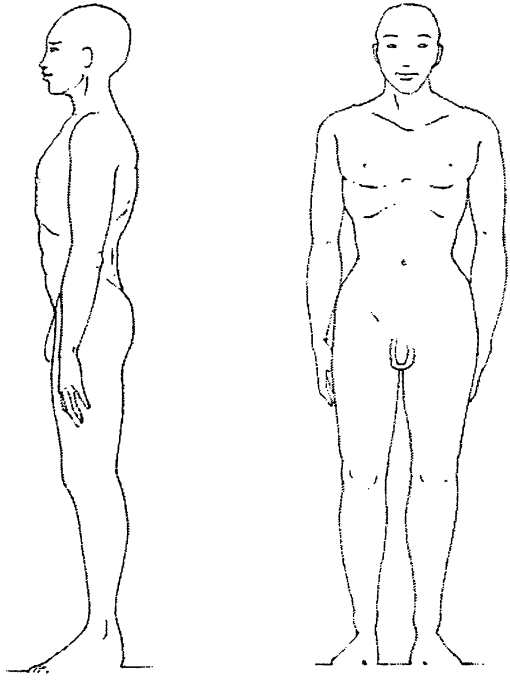
Ce type de caractère est bien chargé énergétiquement. Son corps est harmonïeux, ses traits sont fins, souvent féminins mais il a aussi un masque dur pour cacher ses tendances homosexuelles. On constate la déconnexion du pelvis qui n'est pas chargé en bioénergie, d'où des orgasmes faibles et insatisfaisants, ce qui l'oblige à une érection constante et une quête permanente de la décharge orgastique. Ce caractère a de fortes tensions des muscles le long de la colonne vertébrale. Il est rigide tant dans son corps que dans sa vie. Les abdominaux tendus empêchent l'expiration de la cage thoracique.

Travail.

La difficulté avec ce caractère, c'est qu'il met en place un système de défense pour masquer son homosexualité latente. La peur du jugement l'empêche de sortir ses émotions. Néanmoins la thérapie bioénergétique est particulièrement gratifiante dans les traitements des structures de caractères rigides. Comme ces individus ont une structure du MOI très développée, on rencontre une grande résistance dans le travail psychanalytique ordinaire. Aussi longtemps qu'ils sont libres des symptômes perturbateurs, ils peuvent résister à une très grande pression. Mais si on analyse leur rigidité et leurs spasmes physiques, on peut obtenir une grande coopération dans le travail physique nécessaire pour relâcher les tensions. Le travail analytique doit toujours s'effectuer de telle sorte que la perception et la conscience

accompagnent le mouvement. Le mouvement du corps évoquera des rêves et des souvenirs qui permettent de reconstruire le passé. L'interprétation fait la navette entre le domaine psychique et le domaine somatique, au fur et à mesure que chaque aspect de la personnalité se présente à l'analyste.

Des types rigides peuvent être actifs ou passifs à l'intérieur des limites de leur structure. Cette identification est rattachée à l'autorité parentale qui représente la force la plus frustrante dans la phase génitale du développement de l'enfant. De plus, le type rigide est encore compliqué par le mélange d'éléments des périodes de la première enfance. Il s'agit de traits oraux ou masochistes qui donnent au caractère rigide son individualité pathologique.



Le corps est harmonieux. Il est prêt à l'attaque pour masquer son homosexualité latente.

LE CAS FABIEN

C'est un confrère, cessant toute activité pour raisons familiales, qui m'a envoyé Fabien.

C'est un grand et beau jeune homme de trente ans, ce qui me frappe lors de notre première entrevue ce sont ses yeux. Ils sont d'une extrême mobilité, ils se révulsent ou regardent sans cesse ailleurs. Il a des tics, il touche constamment son nez. Parfois il bégaie pour sortir sa phrase. Il est très anxieux car, il a mal à une dent et il ressent son cou fragile, il a peur qu'il ne tienne pas sa tête.

Il a beaucoup de mal à se concentrer, il suit son dialogue intérieur. Il regrette de devoir quitter son thérapeute en qui il a la plus grande confiance, mais accepte de travailler avec moi. De temps en temps il me provoque avec des paroles obscènes à tendance anale. Je lui en demande la signification, il me répond que c'est ce qu'il ressent.

Depuis son plus jeune âge, Fabien fait des crises d'asthme. Il est au chômage, et fait depuis l'âge de seize ans du culturisme, d'où ce corps musclé. Il fait aussi du théâtre et voudrait être acteur de cinéma. Son héros est Sean Connery.

Sa sexualité est nulle, à part la masturbation devant des revues pornographiques. Son corps donne une impression de puissance, à travers le body building, il s'est construit une cuirasse musculaire pour être un héros. Le haut du dos est chargé et les épaules s'affaissent sur le thorax comme

s'il portait le poids du monde sur ses épaules. La bioénergie gonfle le haut de sa poitrine comme s'il était dans un sursaut permanent. Souvent il se sent étouffer et il fait des crises d'asthme. Ses crises apparaissent lors de chocs émotionnels. Les jambes sont puissantes mais mal ancrées. Le pelvis est équilibré. Les muscles fessiers ne sont pas toniques.

Voici son étiologie. Fabien est né à Casablanca, il est d'origine pied noir. Il est revenu en France lorsqu'il avait cinq ans. Il a une sœur cadette de quatre ans. Sa mère est très belle, c'est une artiste, elle danse. Son père est comptable, c'est un homme grand et fort. Fabien n'a pas été allaité, car sa mère ne voulait pas abîmer ses seins. Cette frustration orale se traduit chez Fabien par une logorrhée dans laquelle il déverse toutes ses émotions, d'où cette sensation de vide qu'il manifeste, cette sensation qu'il compense par de la nourriture pour se sentir plein.

A cause des incitations de la mère, Fabien a marché tôt — à dix mois — et a été propre tôt. On retrouve ici un traumatisme possible, en effet si l'enfant n'a pas la maturation nécessaire pour se mettre debout et marcher, mais que la sollicitation maternelle manipule affectivement l'enfant, celui-ci fera abstraction de sa peur pour aller vers les bras qui se tendent. Afin d'y arriver il se dissociera de la réalité pour porter son regard vers celui de sa mère. C'est cette dissociation que je retrouve dans les yeux de Fabien : « Je ne peux pas voir la réalité, elle est dangereuse pour moi ». A cela vient se greffer le fait d'avoir été manipulé pour être propre tôt. « Pour plaire à ma mère, je maîtrise mes sphincters en faisant abstraction de mon plaisir anal ».

Dans le complexe d'Oedipe l'enfant va s'identifier au parent le plus frustrant. Fabien s'identifiera à sa mère. Cette mère est belle et inaccessible, elle glorifie la beauté de Fabien, mais ne lui donne pas l'amour qu'il attend d'elle. Cette mère suscite un narcissisme chez l'enfant, tout en ne reconnaissant pas son phallus. Pour elle c'est un bel enfant objet.

Jusqu'à quatre ans la famille vit au Maroc et le petit Fabien réjouit tout le monde. La mère de Fabien est fière de montrer son enfant, elle le trouve beau et le lui dit, mais Fabien n'a pas le souvenir, une seule fois, de gros câlins de sa mère. Par contre il se souvient des caresses de son père, « mon père me servait aussi de mère, il me donnait aussi des fessées. Il se mettait dans des colères effrayantes. Mais aussi je jouais avec lui, on se bagarrait. »

A la naissance de sa sœur, Fabien a quatre ans, c'est à cette époque que les crises d'asthme ont commencé. C'est également à cette époque qu'il est allé vivre chez sa grand mère maternelle. Il s'est senti doublement dépossédé : d'une part en perdant la place prépondérante qu'il a dans sa famille et d'autre part en le chassant de la matrice familiale.

La grand-mère de Fabien est une excellente femme, mais elle lui raconte des histoires de sorcières et de diables qui lui font peur.

Fabien a huit ans lorsque ses parents divorcent, il va vivre avec sa grand-mère jusqu'à l'adolescence. C'est un garçon timide et frêle, qui du point de vue scolaire n'est pas très motivé mais néanmoins suit.

Il vit dans un monde intérieur fait de héros vainqueurs des sorcières. A seize ans, il décide de faire du culturisme pour devenir héros. Il s'investit de nombreuses années

dans cette discipline, se forgeant un corps d'athlète. Il passe avec succès un brevet d'éducateur sportif. Il fait des petits boulots pour vivre, sa grand-mère paye le loyer de son studio. Il fait de la figuration dans quelques films. Il suit une école de théâtre, joue de petites pièces et s'arrange pour être le héros dans trois films vidéo. Narcissique, il aime se voir, être au devant de la scène, être le premier.

Dans cette étiologie nous pouvons comprendre que la souffrance de Fabien prend naissance au stade génital à quatre ans, ce qui l'oblige à régresser au stade anal avec la fixation qu'implique cette régression. Fixation prégénitale qui l'amènera déjà frustré au complexe d'Oedipe à six ans dans lequel l'enfant s'identifiera à la mère.

La sexualité de Fabien vient corroborer ce diagnostic. S'adonnant à des masturbation frénétiques — narcissiques — sa relation sexuelle avec les femmes est sadique. Son phallus est un instrument de vengeance contre les femmes — la mère — et en même temps il voudrait être femme — identification à la mère frustrante-. La fixation anale l'amène au désir de sodomie active — sadique- envers les femmes et passive — masochiste — avec les hommes.

L'analité a été amplifiée par les fessées violentes du père-mère — plaisir d'être touché, reconnu et douleur des coups -. Elle génère chez Fabien des peurs profondes de type paranoïde, peur du regard de l'autre en conflit avec le désir d'être regardé, peur de l'autorité et en même temps désir de pouvoir sur l'autre.

Comme il n'a pas été allaité, il ressent un vide, ce qui accroît ce besoin de surcompensation — devenir le héros comme le père, car lui seul peut accéder à l'intimité de

cette mère qu'il met sur un piédestal — pour ce faire il va se créer un corps de héros, en faisant de la musculation.

Il dit facilement « je t'aime », ce qui dans sa bouche signifie « aime-moi ». Il est dans l'impossibilité d'éprouver des sentiments amoureux. Ici se trouve la trahison de la mère qui donne naissance à une petite sœur.

Lorsque Fabien pleure au cours du travail thérapeutique, il joue la comédie, il le reconnaît d'ailleurs. Toutes ces émotions, ces rancœurs non exprimées l'étouffent et lui provoquent des crises d'asthme. Celles-ci apparaissent d'ailleurs lors de chocs émotionnels ou d'antagonisme relationnel. Il a une forte propension à se mettre dans des situations lui procurant des tensions, donc des contractions psychocorporelles. Ces sensations le rassurent, il a l'impression de vivre pleinement.

Sa franchise est brutale, exprimant ses désirs crûment sans doute dans l'espoir qu'ils seront rejetés. C'est particulièrement vrai avec les femmes, son mode de séduction est dénué de romantisme et de sentiments. Cette séduction vise uniquement l'acte sexuel, ce qui bien entendu fait fuir les femmes.

Caractérogramme de Fabien. Je vois ici quatre tendances :
Phallique narcissique, orale, schizoïde et une fixation anale sado-masochiste.

Dans la première phase nous avons travaillé sur l'émotion de colère, toute cette colère non exprimée contre la mère et qui l'étouffe. Il tape allègrement sur le matelas, ses yeux jettent des flammes, mais les images qui lui viennent sont celles de son père, de sa grand-mère et d'autres visages, mais jamais celui de sa mère. Il a fallu

attendre trois années de thérapie pour qu'enfin il puisse exprimer cette émotion de colère et rompre ainsi le tabou que représentait l'attachement à la mère. La charge bioénergétique du dos s'est estompée, la plupart des stases intercostales ont disparu, le haut du thorax s'est ouvert, et de ce fait tout son corps s'est modifié. Les émotions ont été réelles. Son regard vis à vis des femmes s'est modifié. Elles ne sont plus inaccessibles, ni dangereuses.

Le deuxième point important a été le travail sur les fixations paranoïdes, et ses ruminations obsessionnelles. Les acting des yeux ont permis à Fabien de sortir de ses obsessions. Au fur et mesure du travail Fabien laisse tomber son masque. Il retrouve confiance en la réalité de son cou. Il s'enracine. Lors du travail en groupe il devient plus authentique. La chaleur du groupe le rassure, il n'a plus besoin de se battre pour être le premier, car on le reconnaît.

Le lien du transfert lui a permis de trouver l'énergie nécessaire à sa sauvegarde, cette énergie transférentielle est devenue le moteur positif de son autonomie. Socialement Fabien est devenu intermittent du spectacle, il tourne des films, monte une pièce de théâtre et donne des cours de théâtre dans les quartiers difficiles, aux adolescents en difficulté.

LE CARACTERE ORAL

Pour introduire la caractéristique orale je souhaite citer brièvement le cas de Maurice.

C'est son épouse qui est en Biothérapie depuis un an qui l'a poussé à venir me consulter. Elle est professeur et avait une nette tendance de cuirasse psychopathe violent. Elle souhaite divorcer car son époux ne la satisfait pas sexuellement.

Maurice est ingénieur. Une idéologie écologique lui a fait, durant la thérapie, abandonner un poste important chez Total pour créer une centrale électrique sur la berge d'une rivière. Je cite ce fait parce qu'à l'époque cela m'avait beaucoup touché. Maurice avait « osé être ».

C'est un grand garçon de trente cinq ans, maigre, les membres longs et grêles. Il se plaint que ses mains s'engourdissent au froid de l'hiver. Ses yeux dilatés et quémandeurs peuvent être attendrissants. Ce qui est frappant, c'est une lordose qui lui donne une posture voûtée, les épaules en avant sur un thorax inversé. Le poids de son histoire personnelle et ses frustrations traumatisantes
ont fait fléchir sa colonne vertébrale.

C'est un enfant non désiré. Il a un frère de treize ans, son aîné. Ses parents étaient âgés lors de sa naissance. Il n'a pas été allaité. Il a vécu seul, toute son enfance avec ses parents, sans amis. Il s'est investi dans les études où il

a été brillant. « Je ne pouvais que bien travailler car mes parents étaient pauvres, c'est mon frère qui a payé mes études, d'autant que lui n'a pu en faire, je lui dois tout. » Cette dépendance au frère déterminera toute sa vie, car elle viendra combler le vide et la dépendance à ce vide, que crée la frustration orale. Il va sans dire que Maurice cherche à combler ce vide par une logorrhée qui font fuir ceux qui l'approchent.

C'est un garçon attachant, intelligent, courageux, mais qui hélas provoque sa solitude car sa demande affective est trop importante pour le commun des mortels. Pour la petite histoire, ce couple s'est séparé en bonne intelligence. Les enfants habitent avec la mère, mais le père est toujours bien accueilli.

Au terme de la thérapie Maurice s'est trouvé une belle et jeune compagne écolo.

La cuirasse orale

Dès sa naissance, l'enfant risque entre autre, d'être frustré s'il n'est pas allaité. En effet, l'allaitement maternel signifie la continuité de la nourriture fœtale, le lait maternel étant porteur de substances immunitaires pour le bébé. De plus, l'allaitement, c'est la transmission au bébé des ondes d'amour, d'émotions, de plaisir qui composent la bioénergie. Aussi, lorsqu'il n'y a pas cette transmission de vie, l'enfant est extrêmement frustré et il se crée chez lui un vide traumatisant qu'il cherchera toute sa vie à combler. Les défenses que met en place cet individu sont à l'origine du caractère ORAL.

Facteurs étiologiques.

C'est donc la non-transmission de la bioénergie de la mère qui est à la base du traumatisme du caractère ORAL. Cette mère est sans doute elle-même perturbée. Elle veillera à ce que son enfant soit précoce tant au niveau du langage, des premiers pas que de la propreté, mais elle ne donnera pas à l'enfant ce dont il a le plus besoin, l'Amour. Celui-ci subira donc tout au long de son enfance une profonde frustration de chaleur humaine. Cet état fera qu'il aura toute sa vie un besoin important d'être reconnu, soutenu, aidé. Il a un vide intérieur, c'est la grande tristesse de ne pas avoir été pris en considération dans la phase orale, de ne pas avoir eu sa ration. De ce fait il estime que le monde lui doit quelque chose. Toute sa vie sera dans cette recherche.

Comportement du caractère oral.

L'importance de la bouche est naturelle puisque c'est à ce niveau qu'il a été frustré. Il aime embrasser, sucer, mordre. Il parle beaucoup avec volubilité, car son flot de paroles le rassure. Il existe à travers son discours et il est mal perçu par son entourage qui le fuit. Ce qui augmente ses tensions car il a besoin des autres et ces tensions viennent augmenter la charge au niveau du dos. Il s'affale davantage.

Ce caractère a peu d'énergie, il a des sautes d'humeur qui vont de la dépression à l'exaltation, mais cela ne dure pas. Ces moments peuvent paraître superficiels, en réalité ils sont pour lui importants, il a besoin de répandre une image chargée d'énergie et d'émotions pour se rassurer. La volubilité de son langage correspond à l'épanchement d'un flot d'émotions. Ce caractère est généreux mais il a

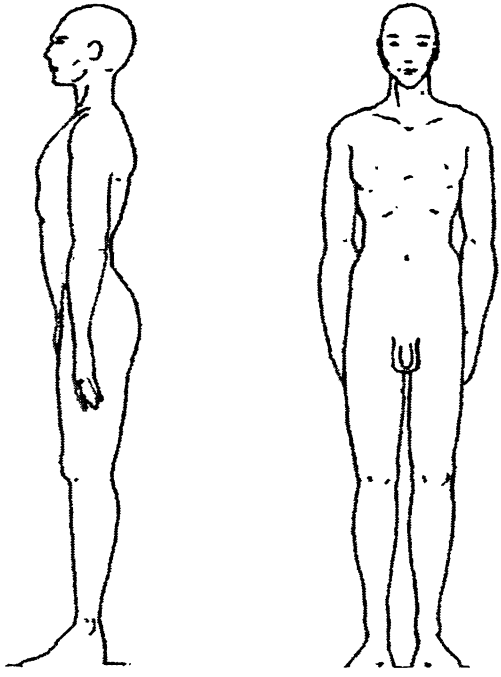
peu à donner, or il a l'illusion lui, qu'il donne beaucoup. Les seuls liens intimes qu'il peut établir sont ceux établis sur son besoin en chaleur humaine et d'aide, c'est-à-dire sur une base infantile.

Réalité bioénergétique.

Le corps est longiligne et mince. Les muscles sont peu développés. Les yeux sont faibles. Le caractère oral est peu chargé en Bioénergie, celle-ci circule bien dans le corps excepté au niveau des membres, où elle est presque déconnectée. Des jambes faibles sur des pieds faibles font que ce caractère n'est pas dans la réalité concrète. Il n'a pas les pieds sur terre. Il en résulte d'ailleurs souvent des blocages au niveau des genoux et des articulations des bras et des mains. Le corps s'affaisse à cause de la faiblesse musculaire du dos. Ce caractère respire superficiellement, il manque d'amplitude. Il ne se donne pas le droit de prendre sa part, ne l'ayant pas eu à téter. Le pelvis est petit et la pilosité est réduite. Les femmes ont des voix douces et sont menues physiquement, ce sont des femmes enfants. Le manque de Bioénergie chez ce caractère lui fait ressentir le rythme de la vie comme très pesant. Il est très souvent sans force pour faire face.

Travail.

Il faut permettre l'expression de la rage due à l'insatisfaction lui apprendre à aimer la vie sans le soutien de l'autre, essayer de lui faire abandonner l'idée que tout lui est dû, faire disparaître ce besoin de dépendance, le renforcer dans le principe de réalité en mobilisant les énergies corporelles.



Le corps est longiligne. Les membres sont frêles. Les genoux sont fragiles. La charge bioénergétique des épaules peut amener un fléchissement de la colonne vertébrale.

LE CAS JULIEN.

Lorsque Julien est venu me voir il venait de cesser une thérapie qui ne lui convenait pas. Il était dépressif et s'exprimait facilement par des larmes. Il se lamentait sur son sort. Julien est chef d'entreprise, son entreprise marche bien mais lui prend toute son énergie. Julien vit seul, et le soir cette solitude lui pèse, alors il boit.

Julien a quarante-cinq ans, c'est un bel homme aux yeux tristes, en demande d'amour. Lorsqu'il sourit, on dirait qu'il va pleurer. Son corps est mince et bien

proportionné. Les membres sont grêles. Le haut des épaules est en avant comme pour protéger sa poitrine. Son torse est étroit avec une faible capacité respiratoire. Il se plaint de malaises au ventre et à l'estomac. Le bassin est bloqué avec un pelvis en décharge. Il se plaint d'avoir des éjaculations précoces lors de rapports sexuels : « Je suis mal dans ma peau et en particulier dans mes relations avec les femmes, il n'y a qu'avec les prostituées que je peux jouir sans problème ».

Julien est le deuxième dans une fratrie de quatre enfants. Ils ont tous, les uns par rapport aux autres deux ans de différence. Julien a été allaité durant huit mois, mais sa mère ayant des abcès au sein il a subi un sevrage brutal. Il a marché très tôt à huit mois. Il a parlé et a été propre très tôt.

La mère de Julien est affective mais dépressive. Elle est très pieuse, « nous faisions la prière tous les soirs. » Il a été enfant de chœur jusqu'à treize ans.

« J'ai le souvenir d'être sur les genoux de ma mère, elle est enceinte et je lui tripote les seins. Elle rit. Aujourd'hui la poitrine des femmes m'excite, mais quand je fais l'amour ce n'est pas du plaisir. A la maison on ne parlait pas sexualité et lorsque ma sœur m'a appris comment on faisait les enfants, je ne voulais pas croire que mes parents aient pu faire ça, cela me dégoûtait.

Enfant, je me sentais différent des autres, j'étais triste, sensible et timide. Un jour j'ai suivi ma mère pour la voir en déshabillé, elle m'a demandé ce que je faisais là. Je me suis senti humilié. Quand je voyais mes parents s'embrasser je ne le supportais pas.

Une fois dans la voiture, ma sœur et moi jouions à nous toucher le sexe, mon frère a tout raconté à nos parents.

J'étais mortifié. A quatorze ans j'étais scout, j'étais amoureux d'un copain. Je n'ai connu la masturbation qu'à seize ans, je me sentais coupable, mais je ne pouvais pas m'empêcher de le faire. Une fois, à 19 ans j'ai couché dans le même lit avec le curé du groupe, je l'aimais bien, mais il a voulu faire l'amour. Cela à été pour moi une grosse déception et un recul par rapport à la religion.

J'ai fait un rêve où je voyais ma sœur très belle, en porte jarretelles. C'est ma femme. Elle me dit qu'elle a un rendez vous. Je sais qu'elle va faire l'amour avec quelqu'un d'autre. Je me retrouve dans un Casino avec mon père. Puis je me retrouve seul dans une chambre à attendre.

Mon père est un homme important et sévère, je me suis toujours senti écrasé par lui, encore maintenant. Il a toujours décidé pour moi, même mes études et ma profession. Encore aujourd'hui si j'ai un décision importante à prendre, bien qu'habitant à mille kilomètres de distance, je le consulte pour avoir son aval. »

Julien a la volonté d'en finir avec son mal être, aussi décide- t-il de conjuguer la thérapie individuelle avec une thérapie de groupe.

Julien a été frustré au stade oral à cause du brutal sevrage qu'il a subi. Il en résulte une demande affective très forte, qui se traduit par un masque de souffrance et des yeux quémandeurs qui l'expriment. Et « moi ! et moi ! » disent-ils. Cette frustration va être accentuée par la naissance, deux ans après, de son petit frère, qui lui, sera allaité. Juste avant cette naissance, Julien aura été manipulé pour être propre tôt, marcher tôt, pour parler tôt, comme si la mère voulait le rendre autonome alors que sa maturation bioénergétique n'est pas arrivée à ce stade. Il

fallait qu'il soit grand alors que lui voulait rester nourrisson. Ses frustrations resteront fixées au stade anal, à la naissance de son petit frère, empêchant Julien de vivre harmonieusement le stade génital. Julien restera prisonnier des énergies prégénitales.

Son corps est celui d'un adolescent imberbe, à la poitrine plate sur un thorax contracté, les épaules en avant. Ce segment émotionnel retient toutes les énergies de Julien, d'où ce sentiment de vide et la faiblesse du Moi.

Julien introjecte toute l'éducation religieuse introduite par la mère, il accentuera l'idée que l'amour est un péché, donc coupable, les femmes bien — ma mère — ne font pas l'amour, il n'y a que les prostituées qui puissent le faire. Certes Julien s'identifiera à cette mère puisqu'elle est frustrante, mais un peu plus tard le choix de l'investissement de sa libido ne se portera non pas sur sa mère car elle appartient au père dominateur et sévère, mais plus facilement sur sa sœur : « J'ai rêvé que ma sœur était ma femme, je ne supportais pas de voir ma sœur flirter lorsqu'elle était adolescente ». Cet investissement incestueux entaché d'interdit marquera Julien au point qu'il lui est aujourd'hui impossible d'aimer. Julien cherchera la sœur dans toutes les femmes.

A vingt-cinq ans Julien est amoureux d'une très belle jeune fille qui le lui rend. Ils se marient. « Je l'aimais mais déjà lors de notre voyage de noces, je n'étais pas bien. Les semaines suivantes je trouvais toutes sortes d'excuses pour ne pas rester auprès d'elle, je savais ce qu'elle attendait de moi, faire l'amour. J'étais dans un malaise extrême parce ce que je l'aimais, elle était belle et avait toutes les qualités. Mais je ne savais pas ce qui se passait en moi. Je me suis mis à boire avec les copains. Peu de temps après ma femme s'est suicidée. Cela a été épouvantable. Il y a

eu une enquête de police. Les gens me regardaient comme si j'étais coupable. En fait je me sentais coupable. Vingt ans après je me sens toujours coupable. »

Julien reproduit dans l'amour qu'il a pour sa femme, le scénario de son investissement amoureux envers sa sœur. L'amour qu'il lui porte est un amour prégénital, un amour d'enfant. Mais lorsqu'il s'agit d'être un homme phallique, il panique.

L'identification au père est impossible pour Julien, car ce père est trop inaccessible. C'est Dieu le père, et on ne s'identifie pas à Dieu, d'autant que ce père règne sur l'affectivité de la mère, — ses parents s'aimaient — et marque sa préférence affective pour sa sœur. Ses énergies prégénitales étant bloquées, à cause des frustrations, Julien n'est pas en mesure d'entrer en compétition avec ce père.

Le drame pour Julien c'est qu'il doit mener une vie d'homme alors que son psychisme est prisonnier de scénarios d'enfant. Il en résulte un stress continu pour vivre et pour mener à bien son entreprise, « pour être à la hauteur de ce que papa attend de moi ».

Quelque temps après le décès de son épouse, Julien quitte sa région et descend dans le midi. Il crée une société, son entreprise marche bien. Il se marie et bientôt le couple a un enfant. Julien boit et fume. Il n'est toujours pas bien en lui. Son entreprise lui permet un activisme de fuite. Sept ans après le couple se sépare d'un commun accord. Julien entame une thérapie.

Lors des séances individuelles Julien entre dans une logorrhée qu'il est difficile d'arrêter sans le blesser. Mais il est très coopératif et manifeste un réel désir de vouloir s'en sortir. Il souhaite augmenter le nombre de séances. Il participe à tous les groupes thérapeutiques. C'est lors de ces groupes qu'une stagiaire tombe amoureuse de lui. Lui,

bien que flatté par la beauté de cette femme, reste affectivement coupé de ses émotions. Bien que sur le plan sexuel, cela ne soit pas harmonieux ils restent ensemble car elle l'aime.

Lors d'une fête de fin d'année thérapeutique, Julien voit cette femme danser langoureusement avec un jeune homme. Il en est malade et cela déclenche chez lui, une violente réaction de jalousie, cette jalousie qu'il éprouvait lorsqu'il voyait sa sœur flirter avec un garçon. Cela a permis à Julien de travailler fondamentalement sur le sentiment de jalousie et de lui faire prendre conscience que l'attachement qu'il a pour son amante est encore un attachement incestueux vis — à — vis de sa sœur. Ce couple se sépare car cette relation n'est pas une relation homme-femme, mais une relation frère-sœur. Julien a vécu son lien incestueux, il est libéré. Cette relation a eu pour mérite de faire mûrir Julien, de le rendre lucide sur sa problématique. Il cesse de boire et de fumer du jour au lendemain, ce qui démontre sa détermination à rompre cette dépendance que crée la frustration orale. Peu de temps après, il rencontre une jolie femme mariée avec qui il a du plaisir.

Le caractérogramme de Julien démontre quatre tendances :

orale — passif — féminin — schizoïde — masochiste.

Orale parce que cette frustration est la plus marquante chez Julien avec les conséquences que l'on sait.

Schizoïde, sous la pression du système d'éducation : marcher avant sa maturité bioénergétique, surtout sortant d'un sevrage brutal l'enfant n'est pas dans une intégration harmonieuse de ses sens pour aborder la dimension spatiale que représente la position debout et la marche, la peur de la sévérité du père font que Julien pour ne pas être

en danger, dissocie ses émotions de la réalité. Toute sa vie affective démontre ce malaise : difficulté d'aimer et lorsqu'il aime, dissociation avec la réalité sexuelle.

Passif — féminin parce que la frustration est due au comportement de sa mère qui, ayant eu deux naissances après Julien, ne peut répondre à son besoin affectif et surtout elle est porteuse de l'idée religieuse que la sexualité est un péché. L'enfant s'identifiant au parent le plus frustrant, Julien s'identifiera à sa mère. Julien sera absolument soumis au père dominateur. Son phallus n'a jamais été valorisé, sauf par sa sœur « on jouait à se toucher le sexe et mon frère nous a dénoncés ».

Masochiste parce qu'on retrouve ici la plainte et les jérémiades du masochiste, également la jouissance de la douleur que provoque le psychisme dans la fixation de la remémorisation du bioscénario initial. « L'intérêt c'est de souffrir pour qu'on s'occupe de moi ».

Nous avons fait un travail de longue haleine avec Julien, tant il avait besoin de dépendance, dépendance à la cigarette, dépendance à l'alcool, dépendance à son mal être. Ce besoin de dépendance est né par l'interruption brutale de l'allaitement, en effet Julien a été allaité pendant huit mois, puis un jour il a mordu le sein de sa mère qui a cessé, dès ce moment, de l'allaiter. Ce sevrage brutal va bouleverser bioénergétiquement l'enfant et provoque un problème de nourriture, Julien refusant de s'alimenter, se replie sur lui-même. Au dire de sa mère, il restera fragile durant toute son enfance.

Julien a dû ressentir non seulement la frustration du plaisir oral mais aussi l'abandon, car huit mois est une phase clé pour le nourrisson, la peur de l'abandon. Depuis Julien reproduit toujours ce bioscénario initial du

mouvement bioénergétique. Il est prisonnier de cette dépendance orale qui se manifeste par une peur au ventre constante et d'une sensation de vide qu'il n'arrive à combler que par les cigarettes et l'alcool. Il parle beaucoup, il entre dans les détails d'une manière obsessionnelle, il se raconte et cherche à combler son vide par cette logorrhée. Tout tourne autour de sa personne. Il est incapable d'aimer car il se sent vide.

Nous retrouvons dans ce cas, une manifestation de contraction bioénergétique constante qui engendre dans le psychisme de Julien des pensées et toute une imagerie justifiant cette contraction. Il est dépendant de ce cercle infernal, car ces pensées et ces images mentales vont accentuer son mal être. Il cherche inconsciemment à reproduire les émotions négatives dues à son sevrage brutal et à sa peur de l'abandon.

Mon premier objectif avec Julien a été de créer le lien entre lui et moi. Ce lien lui garantit qu'il n'est pas abandonné et qu'il peut avoir confiance en l'autre. Pour ce faire, je l'ai écouté, je l'ai compris. Puis petit à petit, je l'ai amené à travailler son corps. Pour rompre le cycle infernal de ses fixations négatives, nous avons travaillé sur les yeux.

Puis à travers l'expression de la colère, nous avons abordé l'affirmation du Moi. Ce qu'il a fait avec beaucoup de violence. La dépression persistait pourtant et détruisait Julien. Il était submergé par les pleurs, ça le prenait n'importe où. Mais c'était ce que je nomme « les pleurs des yeux », des pleurs de tristesse, mais pas des sanglots profonds qui auraient pu le libérer. Je lui ai fait remarquer qu'il y avait une analogie entre ses pleurs et la faiblesse de ses orgasmes et qu'il avait trouvé ainsi le moyen de décharger une partie de son énergie qui l'étouffait. Cette

dépression était accentuée par le fait qu'il fumait et surtout qu'il buvait beaucoup. Après avoir consulté et fait des examens des gamma Gt, il a appris qu'il était alcoolique sans le savoir. Il a cessé brutalement de fumer et de boire, aidé en cela par un psychiatre particulièrement humain et compétent. Cette décision le fortifia dans la reconnaissance de sa valeur et l'affirmation du Moi. Son visage s'est modifié, de douloureux il est devenu ouvert. Petit à petit il a cessé les ruminations et les fixations obsessionnelles, de ce fait il a perdu ses peurs. Il a retrouvé le chemin du plaisir en rencontrant une belle jeune femme avec qui il a retrouvé confiance dans sa sexualité. Mais il n'est toujours pas capable d'aimer, nous en sommes à ce stade dans la thérapie.

LE CARACTERE COMPULSIF

C'est la peur du châtiment qui a amené ce caractère à refouler ses pulsions libidinales. D'où un fort blocage des émotions. Le compulsif se détecte au masque de son visage. Il a un visage fermé, dur, sans émotion.

Facteurs étiologiques.

Durant la période génitale, de trois à six ans, l'enfant a des désirs sexuels violents qu'il exprime. Dans le cas du compulsif l'atmosphère familiale répressive a déjà soumis l'enfant. Donc c'est avec un MOI faible qu'il va devoir combattre ses désirs sexuels pour les refouler au plus profond de lui, par crainte qu'ils ne se remarquent. Cet enfant, déjà soumis à six ans, va dépenser toute son énergie à étouffer en lui toutes ses pulsions. La permanence de ce refoulement va donner naissance à un état chronique engendrant un MOI complètement traumatisé et angoissé. On se trouve donc en présence d'un MOI refoulé et profondément angoissé. Pour se protéger de cette angoisse, le compulsif va ériger une barrière de défense. Ce MOI va donc être doublement durci par :

1) Le refoulement des pulsions du ça provenant du noyau énergétique.

2) Une barrière de défense pour se protéger de l'angoisse.

Il en résulte une « induration du MOI » permanente. Autrement dit l'« induration du MOI » est le résultat de trois facteurs :

1) Le refoulement profond des pulsions sexuelles durant la période génitale.

2) La permanence d'une atmosphère éducative répressive et sans vie qui a donné un MOI faible et soumis.

3) La défense énergétique quotidienne pour lutter contre l'angoisse.

Cette induration du MOI bloque toutes les émotions et peut provoquer une névrose obsessionnelle. « Il faut que je me domine puisqu'on m'en a donné l'ordre, et en même temps... pour conserver mes chances de plaisir, je dois montrer de l'indifférence ».

L'agressivité qui a été mobilisée contre la personne frustrante se retourne contre le MOI. Ce processus requiert toute la Bioénergie et enlève toute possibilité de s'exprimer par l'action, ce qui confère au caractère un aspect inhibé et bloqué. De plus la bioénergie servant à lutter contre le MOI diminue la pression des pulsions libidinales. Ainsi on constate que la défense mise en place n'a pas d'autre but que de diminuer la pression des pulsions refoulées et de renforcer le MOI. Ce qui, de ce fait, ne le laisse aucunement disponible pour vivre avec son environnement.

Comportement du compulsif.

Nous avons vu que ce caractère est inhibé. La crainte de l'environnement social fait de lui un être seul, emmuré dans ses angoisses. Il a des difficultés à prendre des décisions et rumine. Sa vie affective est pauvre du fait de son impossibilité d'exprimer ses émotions. Sa sexualité est également dérisoire parce qu'il y a dérivation de sa Bioénergie pour lutter contre ses angoisses. Souvent éjaculateur précoce, sans orgasme satisfaisant. C'est un être méticuleux, surtout lorsqu'il y a eu régression du stade génital au stade anal. Il a le souci de l'ordre et de la rigueur. C'est quelquefois un maniaque obsessionnel. S'il a eu des phobies enfantines, cela peut se traduire par des tics.

Réalité Bioénergétique.

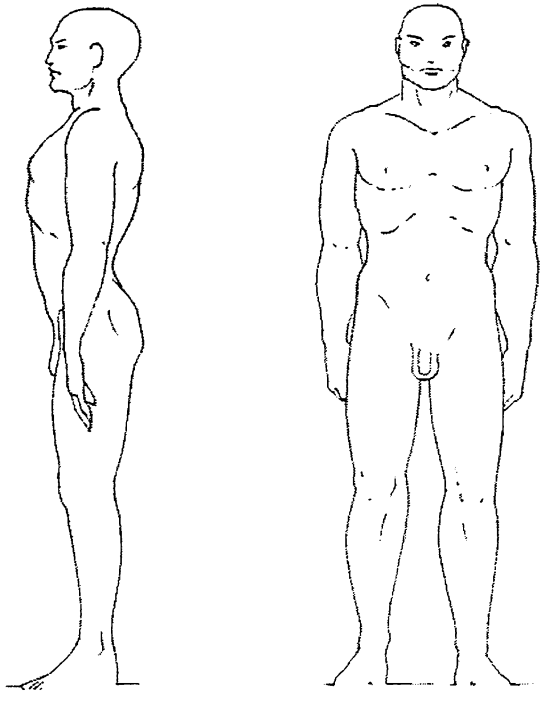
Le traumatisme a eu lieu à la période génitale, mais selon l'intensité de ce traumatisme, suivant la force de celui-ci, il peut y avoir une régression au stade anal. Le blocage est si fort que les émotions ne peuvent s'exprimer que sous la forme sadique. Les rêves sont peuplés de scènes de violence. La cuirasse est faite de muscles très durs au toucher.

La bioénergie est centripète, limitant la pulsation de vie. Lorsqu'elle devient centrifuge, elle explose. C'est comme si une cocotte minute ne pouvait pas laisser échapper la vapeur.

Le corps est bien proportionné, plutôt mince. Les yeux sont durs et secs. Le visage est un masque dur. Le diaphragme est bloqué, limitant la respiration. De fortes stases se situent à ce niveau et le long des muscles du dos.

Le pelvis est rétracté dans une crainte de castration. Les tensions bloquent les fesses, ce qui a pour conséquence, soit une éjaculation précoce sans jouissance, soit une érection sans éjaculation.

Le travail fondamental du caractère compulsif consiste à lui permettre d'exprimer sa rage, dans un premier temps, puis de renouer avec les émotions et le plaisir pour qu'il puisse vivre en dehors de son « intra muros » façonné par ses angoisses.



Le corps est un monobloc dépourvu d'expression émotionnelle. La rigidité donne une impression de puissance, mais elle masque un Moi faible.

LE CAS CHRISTIAN

L'épouse de Christian était en thérapie, c'est elle qui m'a envoyé son mari. La première fois que je l'ai vu, j'ai été frappé par son masque dur. Les joues creusées, un sourire qui voulait être doux, mais qui se transformait en grimace. Des petits yeux secs et surtout la pâleur de sa peau. Son nez pincé portait de petites lunettes en métal. Il avait une voix douce comme s'il avait peur qu'on l'entende. Le couple est marié depuis dix ans, il a deux enfants. Christian est contrôleur des impôts. Il le vit très mal par rapport au public, il a aussi des problèmes relationnels avec ses collègues de travail.

Christian est le troisième dans une fratrie de six enfants. Son père est alcoolique et a des crises de violence. La mère est autoritaire, violente et mène toute la maisonnée d'une main de maître. Il n'a pas été allaité, a marché à un an, a été propre à dix huit mois. Au niveau du langage, il a parlé tard et il bégayait. Il lui en reste des séquelles, lorsqu'il est mal à l'aise, il bégaie légèrement.

Sa scolarité s'est passée normalement, il avait intérêt car l'autorité de la mère était omniprésente et les coups pleuvaient. Il se souvient de son enfance comme d'une période faite de violence et de peurs. Il était le plus faible de la fratrie, les autres le dominaient. Il a toujours été renfermé.

Sa femme a été la première femme de sa vie. Ils se sont connus étudiants. C'est elle qui a voulu l'épouser. Il avait vingt trois ans. Avant sa rencontre il se masturbait, mais ça n'était pas génial. Il a souvent des rêves de violence, de torture, de sang. Aujourd'hui sa sexualité se cantonne à se masturber devant des revues pornographiques, car sa femme ne veut plus faire l'amour avec lui. Son problème

est qu'il ne peut pas éjaculer ou est très long. Il entre en érection mais ne peut jouir. Longtemps sa femme a accepté, prenant son plaisir et le laissant ensuite. Mais elle s'est lassée d'autant qu'il est incapable d'exprimer un sentiment d'amour, même pas à ses enfants. Il lui arrive de frapper son fils aîné qui lui tient tête et l'insulte, sachant que ce fils a une relation privilégiée avec sa mère.

Son épouse est professeur dans un lycée. C'est une femme de tête qui, sous une apparence de douceur, obtient ce qu'elle veut. Dès sa prime enfance Christian a été obligé de refouler toutes ses émotions. La violence et la peur l'ont obligé à se créer une cuirasse compulsive et maniaco-dépressive. Il n'a jamais reçu de stimulus valorisant. Il vit intra-corpus et dans l'obéissance des injonctions extérieures. Cet être méticuleux et dans un perpétuel autocontrôle ne peut pas se laisser aller, il ne peut pas lâcher prise, il ne peut pas avoir d'orgasme satisfaisant, sauf s'il entre dans une imagerie violente sado-masochiste. Sa relation au monde n'est que la reproduction incessante du scénario de sa prime enfance : se méfier, être toujours sur le qui vive, contrôler ses émotions, ne rien exprimer par crainte des représailles. Christian somatise beaucoup, en particulier il fait des otites à répétition. Il ne veut plus entendre, il veut rester dans son intérieur à l'abri des agressions du monde du travail et de sa famille.

Sa douleur m'a touché et j'ai essayé d'établir une relation de confiance avec lui, sans jugement de valeur, à l'écoute. Nous avons travaillé sur sa rage qui était explosive, sur ses peurs, sur l'affirmation de soi, sur le lâcher prise. Il a eu des hauts et des bas. Il a réussi à changer de service dans son travail. Cela a duré deux ans. Puis un jour, lui faisant un massage sensitif, il s'est écroulé dans des sanglots profonds qui durèrent très

longtemps. Toute cette douleur m'a amené les larmes aux yeux, j'ai dû me contenir pour ne pas sangloter avec lui. Enfin il avait renoué avec la vie. Lorsqu'il s'est relevé, son visage était métamorphosé, son masque était tombé, son sourire était vrai et touchant. Je l'ai pris dans mes bras et pour la première fois, je l'ai senti vivant.

Une semaine plus tard, il a appris que sa femme le trompait. Je le savais, puisqu'elle avait été ma patiente. Je n'ai plus jamais revu Christian, je pense qu'il s'est senti trahi. J'en ai souffert.

LE CARACTERE HYSTERIQUE

Il ne fait aucun doute que la spécificité du caractère hystérique s'exprime dans le conflit existant entre une peur intense de la sexualité et la présence de désirs sexuels intenses, mais refoulés. L'individu ayant un caractère hystérique est séduisant car la séduction est sa raison de vivre.

Un corps souple et bien proportionné lui confère un avantage certain. Le teint cireux dû au blocage de la bioénergie lui donne un masque agréable, mais figé dans son expression. C'est la poupée. On rencontre des caractères hystériques chez les deux sexes.

Facteurs étiologiques.

Le traumatisme se produit entre cinq et sept ans. C'est la période où l'enfant a une pulsion libidinale vers le mâle, en général le père séducteur. L'enfant manifeste son désir, mais ce dernier le rejette. Un père autoritaire peut provoquer une grande peur du sexe masculin. Le désir génital est alors refoulé et la colère qui en résulte est inhibée par le désir refoulé.

Nous pouvons dire que :

1) Le rejet de la sexualité de l'enfant de la part du père provoque une peur qui refoule le désir.

2) Ce désir refoulé inhibe la colère provoquée par ce rejet et en empêche l'expression.

Ces deux points sont les caractéristiques essentielles du fondement de l'hystérique. Il se crée alors une fixation à cette phase génitale. L'attachement incestueux est si fort qu'il va polariser à cette période toute la vie de l'hystérique, car bien que les désirs d'inceste soient refoulés, ils vont garder toute leur force. Le caractère hystérique est imprégné du désir génital au point qu'il ne peut concevoir une relation sans qu'il y ait une dimension sexuelle.

Les pulsions orales, anales et urétrales tiennent un rôle important dans ce comportement. La bouche et l'anus représentent toujours les organes génitaux féminins. Il en résulte que d'une part le désir sexuel dilate l'individu dans son corps et que d'autre part la colère le contracte.

Le concept de « cuirasse » a été introduit par Reich pour décrire un état dans lequel l'anxiété est « liée » dans un mécanisme de protection qui a un but d'économie précis, servir de protection contre les stimuli du monde extérieur et contre les désirs libidinaux internes.

Dans le cas du caractère hystérique l'antagonisme de ces deux impulsions du corps crée ce que l'on appelle « l'armure de maille ». En effet elle rappelle l'armure des anciens chevaliers. c'est-à-dire des blocages de bioénergie répartis sur tout le corps. C'est pourquoi le caractère hystérique est considéré comme rigide bien qu'ayant une souplesse corporelle.

Il faut insister sur l'inhibition et la répression de l'agressivité envers le sexe masculin chez le caractère hystérique, même si on a attaché plus d'importance au conflit avec la mère, que la jeune fille voit comme une rivale, à l'affection qu'elle porte à son père. Une attitude ambivalente envers le sexe masculin est la base de la

structure du caractère hystérique. D'un côté, le désir est bloqué par une peur qui s'enracine dans le rejet originel de la sexualité de l'enfant par le père ; de l'autre côté, la colère est inhibée par le désir refoulé, c'est-à-dire le désir est arrêté par le refoulement de la colère, comme la colère est bloquée par le désir refoulé. La colère ne peut être exprimée aussi longtemps que le désir sexuel pour le père n'est pas libéré. La colère refoulée et l'orgueil bloquent l'approche du désir et sa réalisation.

Le caractère hystérique se soumet à la force directe ou indirecte, ce qui ajoute à la colère latente envers le mâle. Sous la soumission apparente, l'attitude agressive conduit à une décharge sexuelle. La poursuite du mâle tend à apaiser la blessure narcissique occasionnée par le rejet de l'amour sexuel de sa jeune fille par le père. La soumission sexuelle rétablit la relation œdipienne, elle est un moyen employé pour obtenir la protection du mâle. La soumission sexuelle qui cache une attitude agressive est la marque distinctive du caractère hystérique. La réponse paraît être : la séduction, la résistance et ensuite la soumission.

La frustration de l'impulsion sexuelle de l'enfant n'est pas expérimentée par l'enfant comme un déni de la génitalité. Puisque cette impulsion passe directement du cœur au génital, le rejet est ressenti comme un rejet de l'amour. Il en résulte une blessure profonde.

Au départ cette perception de l'enfant est correcte, car l'amour qui ne se manifeste pas par des contacts physiques ne réussit pas à satisfaire les besoins de base de l'organisme. Tout contact physique entre l'enfant et les parents est vécu par l'enfant comme un contact sexuel. Ce n'est qu'après que l'unité de la sensation tendre avec la sensation génitale ait été rompue que les relations perdent

leur qualité sexuelle. L'enfant ne différencie pas amour et sexualité, si on lui impose cette distinction, il se produit une division de l'impulsion unitaire. Ayant été blessé dans l'expression de son amour, l'enfant apprend graduellement à diminuer sa vulnérabilité à une telle insulte

On peut remarquer plusieurs cas de caractère hystérique. Ceux-ci étant le résultat d'une séduction et d'un rejet, ils illustrent les différents traumatismes.

1er cas. Il s'agit d'une soumission apparente dans laquelle on décèle une attitude agressive qui conduit à se décharger de la responsabilité sexuelle sur l'homme. « Père, prends-moi en charge sexuellement ». La soumission est fondée sur la peur. C'est la crainte d'une excitation sexuelle trop forte, la peur de se laisser emporter, de perdre le contrôle. C'est la crainte aussi, par voie de conséquence, d'exprimer ouvertement son désir.

2ème cas. C'est l'identification de l'enfant au père frustrant. Cela donne la formation d'une jeune fille au caractère dur et masculin. L'envie du pénis s'en trouve activée et crée un complexe de masculinité. Cette cuirasse masculine agressive sert à se protéger de l'attitude infantile féminine face à l'hostilité du père.

3ème cas. L'enfant a pu, à la période génitale, vivre normalement son complexe d'Œdipe, mais le comportement du père lors de la puberté peut faire naître une identification masculine. L'envie du pénis peut alors s'éveiller. On observe ce processus lorsqu'il y a répression des désirs homosexuels. Il y a alors séduction pour provoquer le désir, mais aussi une forte angoisse génitale, s'il y a un risque d'un engagement sérieux. C'est l'angoisse génitale hystérique.

4ème cas. C'est un traumatisme provoqué par le comportement de la mère. Celle-ci prive sa fille ou son fils de l'amour nécessaire à son épanouissement. Ce comportement suscite des sentiments de haine chez l'enfant qu'il refoule profondément en adoptant une mentalité infantile. Cette haine crée une tension qui paralyse l'individu dans une dépendance à la mère.

De telles personnes développent des attachements pour des individus du même sexe et plus âgés. Elles ont une tendance à l'homosexualité passive et masochiste. C'est le refus d'exprimer oralement la haine de la mère qui les amène à un comportement infantile.

Comportement du caractère.

Les caractères hystériques ont été décrits comme des personnes qui ont tendance à érotiser toute relation non sexuelle, fortement suggestive, avec des crises irrationnelles d'émotion, un comportement chaotique, une tendance à la dramatisation, au mensonge.

C'est un être de séduction, il provoque le désir. Narcissique, il a une volonté de puissance et d'en imposer. Mais ses réactions sont changeantes, il n'a pas de détermination. Il se sent toujours en danger, car la base de cette structure de caractère est déterminée par une fixation à la phase génitale du développement infantile avec son attachement incestueux. Ce caractère a de fortes tendances génitales insatisfaites qui sont inhibées par l'angoisse génitale, ainsi il se sent constamment exposé à des dangers qui correspondent à ses peurs infantiles. Le désir génital original est alors utilisé comme moyen d'évaluer, si possible, la nature et l'ampleur des dangers menaçants.

Une grande docilité peut faire place rapidement à une attitude obstructive. Il est inapte à la sublimation et ressent les faits imaginaires comme réellement vécus. Dans l'acte charnel, il se montre très actif, surmontant ainsi son angoisse profonde de l'orgasme, l'agilité sexuelle est aussi intense que les réactions d'angoisse. Sa régression forcée au stade oral fait que sa bouche absorbe une grande quantité de sa libido, c'est le déplacement de celle-ci vers le haut.

Réalité bioénergétique.

On dénote une sorte de sourire, de rire, que le patient ne peut contrôler, qui est provoqué par un regard ou bien un toucher. Il donne l'impression d'avoir un corps souple et vivant, pourtant il est cuirassé psychologiquement et musculairement. La mâchoire est forte et déterminée. La tension musculaire existe partout mais elle est flexible, comme une cotte de maille

Une telle cuirasse permet une grande production d'énergie. Elle fonctionne pour lier l'anxiété et prévenir les coups. La frustration génitale dans la période œdipienne produit un raidissement, Le tortillement du corps lui permet de se ressentir et de se rassurer : « Puisque vous rejetez mon amour, je vais me replier sur moi-même pour ne plus m'offrir à nouveau, de cette façon je me protège ». Le MOI rigide est inflexible. Il refuse de « prendre et donner ». Il souffre d'un manque d'adaptation. La prédisposition hystérique est la tendance à l'anxiété fondée sur son économie bioénergétique :

1) Tout ce qui augmente la production d'énergie au-dessus du niveau peut mener à l'hystérie.

Toute situation causant une baisse dans la qualité de la décharge bioénergétique, la mettant en dessous du niveau de la production, peut produire une névrose d'angoisse.

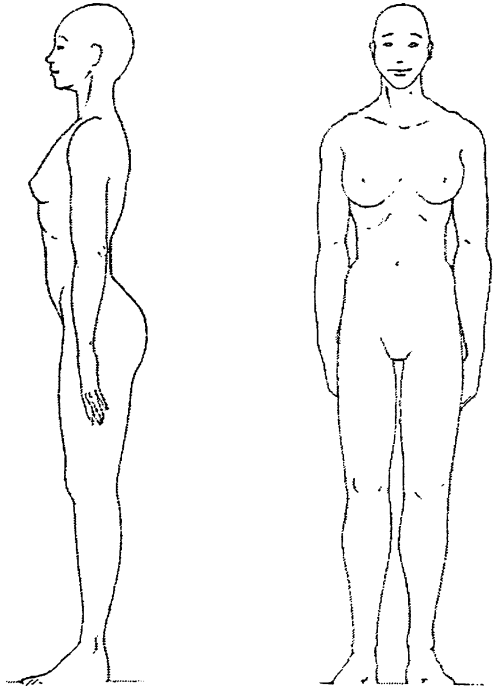
Ce caractère a des désirs génitaux violents et inhibés par l'angoisse génitale. Il se prête peu aux performances intellectuelles. Par contre, il a une tendance à érotiser toute relation non sexuelle. L'imagination porte les hystériques à la mythomanie puisqu'ils ressentent les faits imaginaires comme vécus. Il est difficile pour ce caractère d'allier les sentiments et le désir orgastique. L'un est toujours dissocié de l'autre : « Si tu me donnes du plaisir, je ne peux pas te faire confiance. Si je te fais confiance, je ne peux pas avoir du plaisir ».

Lorsque les sentiments d'amour du cœur sont mobilisés dans l'impulsion sexuelle, l'anxiété résultante peut tuer le désir sexuel, empêcher toute décharge sexuelle et monter l'homme contre la femme. C'est en libérant l'agression de sa fonction défensive qu'on change le caractère hystérique. Aucune armure ne peut être enlevée sans libérer la colère refoulée. Les épaules gagnent alors en mobilité et le mur de la poitrine se détend, la respiration s'approfondit et la production d'énergie s'accroît. L'analyse de la fonction sexuelle permet de préparer la voie à la décharge d'énergie. Avec les techniques d'ancrage, le canal pour la décharge est préparé avant que la colère ne soit relâchée.

L'armure lie l'anxiété en réduisant la respiration par un contrôle inconscient des muscles antérieurs du corps. Il est important de rétablir une respiration libre et totale. L'augmentation d'entrée d'oxygène augmente la quantité d'énergie et renforce la formation de l'impulsion. Les impulsions peuvent développer une force suffisante pour contrecarrer le refoulement et atteindre la conscience et

l'action. Cette technique est valable en particulier pour les caractères fondés sur le maintien d'un équilibre entre la production et la décharge de l'énergie. Cependant en Biothérapie, la fonction de la respiration est coordonnée avec le comportement total de l'organisme et n'est pas traitée comme une fonction isolée.

Plusieurs caractères hystériques rechercheront inconsciemment des situations qui les exciteront et augmenteront leur charge intérieure. C'est l'explication bioénergétique de leur comportement de flirt. Dans ces circonstances, une très grande anxiété peut survenir et une réaction typiquement hystérique peut apparaître.



Ce corps est bien proportionné et harmonieux. On peut remarquer que le bassin est rétracté, en charge, ce qui laissent supposer qu'il y a une angoisse sexuelle. Les stases réparties dans tout le

corps, engendre une cuirasse perméable à toutes les émotions endogènes et exogènes

LE CAS SYLVAINE.

C'est parce qu'elle a des crises de tétanie que Sylvaine est venue me consulter. ces crises peuvent se produire n'importe où. De ce fait elle se sent handicapée, n'ose plus sortir de chez elle. Elle dit ne plus avoir d'énergie et craint de « tomber » en dépression.

Sylvaine vit avec un homme qu'elle aime, mais celui-ci est indifférent à son amour et n'ayant pas de travail, il dépend d'elle financièrement. Ils n'ont quasiment plus de relations sexuelles. Ils ont une petite fille de trois ans. C'est à la naissance de cette enfant que le comportement de son ami a changé.

Sylvaine déclare être fille unique, puis ajoute : « J'ai un demi-frère et une demi-sœur. Elle a trois ans de différence avec l'un et cinq ans avec l'autre. Elle dit être la préférée de sa mère parce qu'elle est l'enfant d'un grand amour de sa mère avec son père géniteur, mais celui-ci a disparu lorsqu'il a appris que sa mère était enceinte. Elle lui trouve des circonstances atténuantes, car d'une grande famille bourgeoise italienne, le père de son père géniteur s'est opposé à leur mariage.

Peu de temps après sa mère s'est mariée avec un homme qui a accepté de reconnaître l'enfant à naître. C'est à dix-huit ans que Sylvaine a eu connaissance du fait que son père n'était pas son véritable père. Celui qu'elle considère comme son père puisque c'est lui qui a forgé son enfance, était froid, ferme et contracté, mais aussi avec des explosions de colère. C'était un « bloc de béton. » Il était infirmier dans la marine nationale. Il ne parlait pas, mais était rassurant car il était bâtisseur. « J'ai eu une relation très passionnelle avec mon père. Il me surveillait de près si j'allais avec les garçons. Il était violent et nous

frappait mon frère et moi. Je pleurais à tous les repas. J'avais peur de mon père, néanmoins je l'aimais. Je n'ai pas le souvenir d'avoir eu une enfance heureuse. J'étais heureuse chez mes grands-parents.

Mes parents s'aimaient réellement mais ils n'arrêtaient pas de se disputer ce qui créait une atmosphère pénible à la maison. Ma mère etait autoritaire et dominait mon père. Ma mère est fusionnelle, elle était institutrice et enfant je l'admirais. Elle est pleine d'énergie, de vitalité. C'est une belle femme qui est pleine d'amour pour les autres. Elle est pourtant très angoissée et a fait des dépressions. Moi je la trouve rayonnante.

Avec mon frère on s'est toujours battus. Il s'arrangeait pour me faire prendre des crises de nerfs. Je pense qu'il était jaloux de ma place.

J'ai été allaitée, j'ai marché tôt et j'ai été propre à un an. Ma mère travaillant, il fallait que j'acquière une autonomie rapidement. « J'ai deux souvenirs angoissants. L'un, je suis bébé, dans un lit, je suis attachée et il y a quelqu'un dans l'angle de la fenêtre. L'autre, j'ai trois ans, je suis avec un petit garçon, il me met un doigt dans le collant et il baisse sa culotte. J'ai peur qu'il me fasse du mal. »

Sylvaine a fait plusieurs fugues à l'adolescence. A seize ans elle fuit avec un garçon de vingt ans, qui sera l'amour de sa vie. Mais il mourra d'un accident deux ans plus tard. Elle traversera une période très difficile d'autodestruction faite de drogue et de sexualité débridée sans avoir de véritables orgasmes. Aujourd'hui elle a encore cette difficulté d'avoir du plaisir sexuel et d'être dans une relation affective épanouissante.

Sylvaine est une belle femme de trente-six ans. Elle a un corps mince, bien proportionné. Ce qui me frappe, c'est la pâleur de son visage et ses yeux bleus angoissés. Très rapidement, au fur et à mesure qu'elle me raconte ses problèmes, ses yeux se mouillent de larmes, ce qui accentue sa pâleur. Elle dit ne plus avoir d'énergie pour vivre. Elle souhaite trouver une épaule sur laquelle se reposer.

Sylvaine a un corps très souple, des douleurs au cou et aux lombaires. Elle a de fortes stases à la nuque, c'est-à-dire le segment des yeux. Sa respiration est nettement en dessous de sa capacité normale. Elle s'asphyxie. Son bassin est mobile, mais son pelvis est rétracté et déconnecté d'énergie. Ses jambes sont solides mais les pieds fragiles ne sont pas en contact réel avec le sol, non en contact avec le principe de réalité. Sylvaine, même dans sa souffrance, dans son appel au secours, est inconsciemment séductrice.

Enfant de l'amour Sylvaine a été allaitée, mais rapidement ses premières angoisses vont naître avec l'apprentissage de la marche alors qu'elle n'était pas mature dans ses énergies pour marcher. L'angoisse de tenir debout dans l'espace sera inscrite dans son inconscient, comme l'angoisse occasionnée par la frustration anale. Cette dernière frustration sera liée dans son psychisme à l'obéissance à la mère autoritaire et tant admirée, Sylvaine ne se sentira jamais à la hauteur de cette mère.

A trois ans, période génitale, Sylvaine découvre avec le petit garçon, sa différence de sexe, mais aussi la peur qu'il lui fasse mal. C'est aussi la période où naît son petit frère. La peur générée par le petit garçon avec son phallus s'associe pour Sylvaine à ne plus être l'unique, mais aussi

à se sentir menacée par cette naissance, « je me suis beaucoup battue avec mon frère ».

Néanmoins Sylvaine arrive lors du complexe d'Oedipe, à s'identifier à sa mère, cette mère qu'elle admire doublement, d'une part pour sa vitalité et d'autre part parce qu'elle peut entrer dans l'intimité du père. « Mes parents s'aimaient réellement » et désirer ce père pour qui « j'avais un amour passionnel ».

C'est à la puberté que les choses se sont gâtées. Le comportement suspicieux et violent du père provoque chez Sylvaine plusieurs fugues et va faire naître chez elle un désir de posséder un phallus. Il y a alors une séduction constante pour provoquer le désir, mais aussi une forte angoisse génitale s'il y a risque d'un engagement sérieux. Sylvaine n'a jamais pu vivre une relation durable et harmonieuse. C'est l'angoisse génitale hystérique.

Le caractérogramme de Sylvaine
Une tendance dominante de la cuirasse Hystérique due au traumatisme œdipien causé par le rejet et la violence du père.

Même si elle a mis au monde un enfant de l'amour, il n'en reste pas moins que la mère de Sylvaine a dû être dans des angoisses violentes à la disparition de son amant. A cette époque il était mal vu d'être fille mère et le fait d'être enceinte était un déshonneur. On peut imaginer que le fœtus Sylvaine a enregistré tout ce rejet inconscient et cette culpabilité de la mère. Ce qui a provoqué chez Sylvaine une dissociation entre la réalité et les émotions. Cette tendance schizoïdique se traduit chez Sylvaine par une fragilité des chevilles et des pieds qui l'empêche de se connecter avec la réalité.

Enfin la troisième tendance est masochiste, elle est due à la frustration anale et à la violence du père, frustration que provoque la mère toute-puissante, pour se conformer à la coutume de l'époque, en obligeant Sylvaine à faire abstraction de son plaisir.

Nous avons au début de la thérapie travaillé sur l'urgence : faire disparaître les crises de tétanie. La réussite rapide a été obtenue par le travail et la libération des énergies par des explosions de colère et la dénonciation des angoisses que se créait Sylvaine sur ses propres angoisses. L'angoisse de l'angoisse est une caractéristique des personnes qui font des crises de spasmophilie ou de tétanie. La lucidité et la dénonciation du phénomène, alliée à des exercices respiratoires amènent rapidement une disparition des crises.

Nous avons ensuite travaillé sur la connexion énergétique du pelvis. Cela a été beaucoup plus long, car le déplaisir est privilégié au détriment du plaisir bien qu'il y ait le désir. C'est le fonctionnement inconscient masochiste.

Sylvaine s'est séparé de son ami parasite. Elle élève seule sa fille. Elle a été quelquefois amoureuse, son plaisir sexuel s'est nettement amélioré, elle a même eu un orgasme vaginal. Sa grande frustration, c'était de ne pas le connaître.

Sur le plan social elle a eu le grand mérite de se remettre aux études, et aujourd'hui d'exercer la profession de somatothérapeute.

Tout récemment elle a rencontré un homme stable et responsable. Ils vivent le parfait amour.

LE CARACTERE PSYCHOPATHE

Si pour le schizoïde, il y a dissociation des émotions, chez le caractère psychopathe, c'est la dénégation de l'émotion. Le « moi » a pour fonction normale de prendre en compte les pulsions du « ça » à des fins de plaisir. Le psychopathe détourne ces pulsions au profit d'une image du moi. C'est l'investissement de la bioénergie sur sa propre image.

Les facteurs étiologiques.

C'est un parent séducteur qui, à des fins narcissiques a séduit sexuellement l'enfant pendant la période génitale — trois à six ans — puis, lorsque l'enfant a besoin d'un contact physique, ce parent séducteur le rejette. Ce manque de contact et d'aide nécessaire à l'enfant, crée chez lui une frustration orale que l'on rencontre chez tous les psychopathes. Le parent séducteur par son comportement met l'enfant en rivalité avec le parent du même sexe. De ce fait il y a une difficulté pour l'enfant à s'identifier au parent du même sexe, par contre, il y a un renforcement d'identification au parent séducteur.

Dans un tel contexte, l'enfant est vulnérable et en danger. Sa seule porte de sortie sera soit de s'élever au-dessus des besoins -déplacement de la bioénergie vers le haut — ou bien assouvir son besoin en manipulant ses parents — déplacement de la bioénergie au niveau du bassin -.

Le premier cas donne lieu au type psychopathe conquérant, le second au type psychopathe séducteur. Dans les deux types, il y a des éléments masochistes.

La soumission au parent séducteur est la seule façon de rentrer en contact avec lui. La soumission n'est qu'apparente, néanmoins dans la mesure où l'enfant se soumet ouvertement, il gagne une certaine intimité avec le parent. L'élément masochiste est plus important chez le type séducteur. En effet, il entame la relation en ayant le rôle soumis masochiste, puis quand l'attachement de l'autre est assuré, les rôles sont inversés et le caractère sadique apparaît.

Comportement du caractère.

La personnalité psychopathe a besoin de quelqu'un à contrôler. Ce besoin la rend dépendante des individus qu'elle contrôle. C'est son côté ORAL qui lui crée ce besoin. Ce besoin de contrôler est lié à la peur d'être contrôlée, à la crainte d'être manipulée, qu'on l'amène là où elle ne veut pas aller. La volonté d'arriver au sommet et de réussir est si forte que le psychopathe ne peut pas se permettre l'éventualité d'une défaite. Cela le mettrait en position de victime. Il doit être vainqueur de tout conflit. Il utilise toujours sa sexualité dans ce jeu pour le pouvoir. Il séduit par son apparente puissance ou par ses façons douces et adroites.

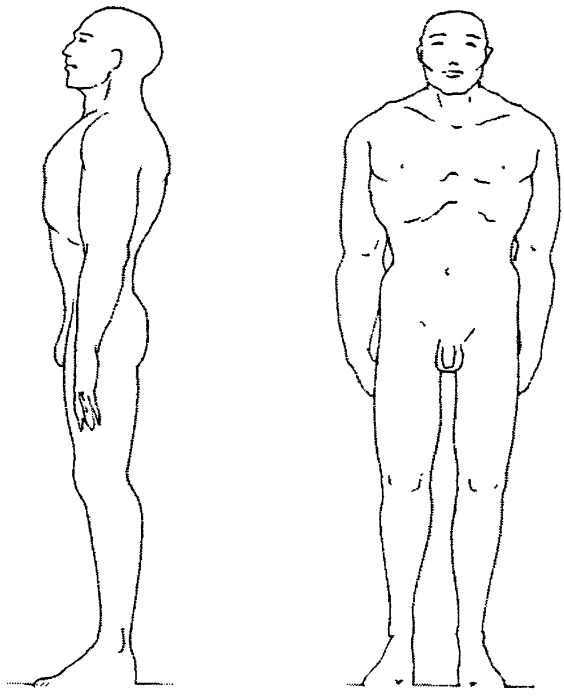
Le plaisir de la sexualité passe après la performance ou la conquête. Nier l'émotion correspond fondamentalement à nier le besoin. La manœuvre du psychopathe consiste à faire en sorte que les autres aient besoin de lui pour qu'il n'ait pas à exprimer son besoin, il reste ainsi le maître.

Réalité bioénergétique.

Ce qui est frappant chez le psychopathe, c'est cette manière

de lever la tête et de ciller les yeux pour regarder son interlocuteur. Cela donne une impression de méfiance : « Tu ne me possèderas pas ». La tête fermement tenue domine et contrôle le MOI dans le but de donner une bonne image. Chez le type conquérant, la bioénergie déplacée vers le haut donne une tête, un cou, des épaules, un thorax disproportionnés par rapport au dessous du diaphragme.

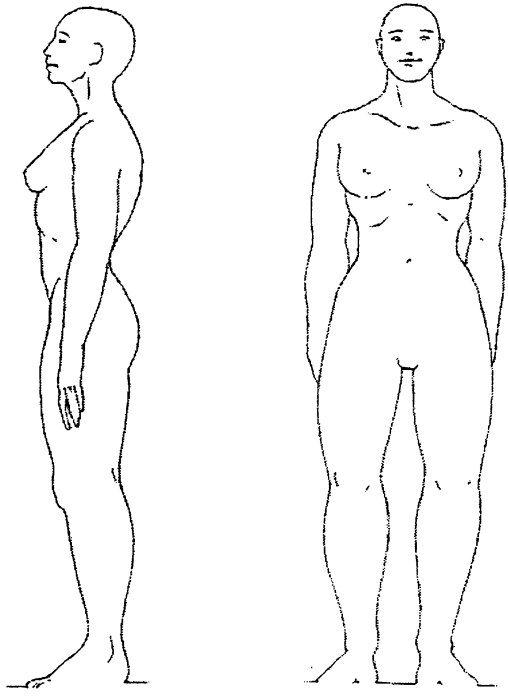
Le haut du corps semble gonflé. La contraction est bien soulignée au niveau de la taille. Le diaphragme bloque le déplacement de la bioénergie vers le bas. La tête a une surcharge de bioénergie, ce qui signifie une hyper excitation de l'appareil mental entraînant une rumination continue sur la façon de garder le contrôle et de maîtriser les situations. Le besoin de contrôler se tourne aussi contre le MOI. La tête est fermement tenue — on ne doit pas la perdre — et tient le corps fermement sous son emprise. Chez le conquérant, le pelvis n'est pas assez chargé mais il est bien maintenu.



Toutes les énergies sont concentrées sur le haut du corps. Les jambes sont fragiles. L'écartement du périnée est important.

Chez le séducteur, il est trop chargé mais déconnecté. Le type séducteur au contraire du conquérant a le haut du corps sous chargé Bioénergétiquement. Cela se traduit par une tête plus fine, un cou mince et un thorax normal. Les yeux sont aussi inquiets. La taille est bien marquée. Au dessous de celle-ci la concentration de la bioénergie donne un bassin et des cuisses amples. Il y a une disproportion à l'envers entre le haut et le bas du corps. Cela s'explique car la séduction sexuelle a son point central au niveau du pelvis, mais hélas celui-ci est déconnecté. Donc la séduction est ici à des fins de pouvoir sur l'autre et non pas à des fins sexuelles.

Dans les deux types, il y a toute une ligne de stases au niveau du diaphragme qui sépare le haut du bas du corps. Les tensions les plus marquantes se trouvent dans la partie oculaire, les muscles à la base du crâne, les muscles profonds du cou.



On peut observer la différence de proportion entre le buste et le bas du corps. L'énergie est concentrée dans le bassin à des fins de séduction pour contrôler.

Le travail.

Il est orienté vers l'expression de la peur, peur d'être dominé, manipulé, vulnérable s'il s'ouvre, peur du plaisir sexuel qui lui fait perdre le contrôle. Il faut lui permettre d'exprimer sa colère contre le parent séducteur.

LE CAS MARIANNE

Marianne est venue me consulter parce qu'elle a des problèmes dans sa relation de couple. Cette relation est basée sur le pouvoir et se traduit par des comportements sado-masochistes, c'est-à-dire que son époux et elle-même agissent en poussant l'autre dans des tensions telles qu'ils explosent dans une très grande violence. Cet aspect de leur vie conjugale continue lorsqu'ils font l'amour. Les fantasmes de Marianne sont d'être violentée, mais ne trouve pas son mari à la hauteur de l'enjeu, elle n'a de ce fait que des orgasmes insatisfaisants. Elle éprouve un certains mépris pour ce mari, même si elle lui reconnaît des qualités.

Marianne est une grande et belle femme à la chevelure flamboyante. Une tête altière, une coloration vive du visage. Les yeux vifs et brillants ont tendance à sortir de leur orbite, ils trahissent une hyperthyroïdie. Je peux lire sur son visage l'expression de ses émotions internes. En particulier une collerette de taches rouge vif à la base du cou.

Le corps de Marianne est vraiment coupé en deux. Le haut comprend la tête, un thorax gonflé et une poitrine développée. Une taille fine, un bassin mobile et des jambes longues et fines. La largeur exagérée du périnée

permet un équilibre du corps sur les jambes, qui sans cela serait déstabilisé.

Toute la bioénergie se situe en haut du corps. Les membres sont mal irrigués, Marianne a peu de force dans ses bras, lorsqu'elle tape avec le bâton on dirait une petite fille. Elle pousse des cris de petite fille. C'est une fillette spontanée, une enfant nature dans un corps de femme puissante qui exprime le contrôle et le pouvoir.

Elle a une horreur viscérale de toute hiérarchie et n'aura de cesse d'obtenir un poste de cadre responsable. Ce qui, étant donné son côté enfant, la met dans un complexe d'infériorité culturelle, qu'elle compense toujours par son allant. Elle dépense une énergie considérable pour le paraître, le contrôle d'elle-même et de ceux qui l'entourent.

Marianne est l'aînée d'une fratrie de trois enfants. Avec son frère, Marianne a deux ans d'écart et cinq ans avec sa sœur. Marianne a été allaitée, a marché normalement et a été propre à deux ans, moment de la naissance de son frère. La période génitale a été normale justement grâce à la présence de ce frère, porteur de phallus. Tout a basculé pour Marianne à la naissance de sa sœur, en effet celle-ci est née au moment où Marianne commence à investir ses énergies dans l'identification œdipienne.

Le père, objet de ses désirs est un personnage haut en couleur, mais il boit et est extrêmement violent. La mère subit la violence verbale du père et sa planche de salut est de se draper dans sa dignité en portant une robe de chambre élimée et d'entrer dans un mutisme qui peut durer plusieurs jours. Marianne supporte mal l'apathie de sa mère, face à cette violence paternelle, aussi elle s'oppose à ce père et entre dans de grandes violences à son

égard. Celui-ci alors la frappe, elle ne cède pas et se révolte. C'est à l'adolescence que cette révolte s'est accrue et a donné lieu à de fortes disputes, ce qui met Marianne dans des émotions débordantes.

Aussi pour fuir cet enfer, Marianne s'est mariée à dix huit ans avec un homme de la même corpulence, grand et fort que son père, mais dont le comportement est plus passif. Bientôt Marianne le domina. Ils ont eu deux enfants, cela aurait pu sceller leur union, mais ce couple n'est pas heureux. Marianne ne retrouve pas dans ce mari les émotions que lui procurait le père, aussi a-t-elle un certains mépris à son égard.

Elle fantasme sur un homme dominateur, à sa hauteur, pour pouvoir le combattre et assurer son pouvoir. Avec son mari, c'est trop facile. Les rêves de Marianne sont toujours violents, meurtriers, sanguinolents, le tout avec une sexualité violente et débridée. Le manque de décharge orgastique satisfaisante permettant de soulager cette énergie du haut, suscite chez Marianne une rumination continuelle et des fixations obsessionnelles de violence.

Le caractérogramme de Marianne :
Psychopathe dominateur—masochiste — hystérique

La tendance dominante est psychopathe violent. Marianne s'est construit cette cuirasse comme sauvegarde, pour dès l'enfance affirmer son existence dans la fratrie, car la naissance de sa petite sœur mettait en danger sa primauté auprès du père. Ses élans d'amour et de séduction ont été brisés, car elle n'était plus l'unique en tant que fille. De plus elle vouait une véritable passion pour ce père frustrant, violent. Cette frustration a été si forte qu'elle s'est identifiée à elle, c'est-à-dire à celui qui en est la cause, le père. Toute sa vie, elle recherchera les

émotions de sa prime enfance. C'est pour cette raison qu 'elle reste psychiquement une enfant dans un corps d'adulte et bien qu'essayant par tous les moyens de provoquer ces émotions, elle se sent toujours frustrée.

La deuxième tendance est masochiste. La naissance de son petit frère est arrivée, lorsqu'elle avait deux ans, juste à la période anale. La frustration du plaisir anal s'est aggravée par le fait qu'elle perdait la prépondérance dans le cœur de la mère, ce qu'elle a perçu comme « si je ne me maîtrise pas, si je ne contrôle pas, je perds l'amour de ma mère, donc je suis en danger, si je ne me soumets pas aux injonctions de propreté. » Cette peur de la perte du contrôle contribuera à renforcer le besoin de contrôle du psychopathe.

La troisième tendance est une cuirasse hystérique. Derrière ce besoin de pouvoir, Marianne met en avant toute une séduction souvent agressive, elle vise à se décharger de la responsabilité sexuelle sur l'homme : « Papa, prends-moi en charge sexuellement. Sa soumission est fondée sur la peur d'une trop forte excitation sexuelle qui lui ferait perdre le contrôle. C'est cette tendance hystérique qui amplifie les émotions de Marianne au point de la déstabiliser.

Le travail

La grosse difficulté avec Marianne a été de créer un lien réel, non pas basé sur le pouvoir mais au contraire sur la confiance réciproque. Laisser tomber le masque, c'est oser aborder ses peurs. Le transfert envers le thérapeute a été l'élément fondamental de la guérison.

Puis nous avons travaillé sur ses fixations obsessionnelles et sur la rupture du lien de violence qu'elle avait introjecté dans sa prime enfance et durant son adolescence. Le travail a consisté aussi à libérer et à ancrer les énergies du haut, à redonner vie au pelvis et aux jambes. L'expression de sa violence à été favorisée jusqu'à plus soif. Elle a pu enfin se libérer de sa colère envers ce père qui l'avait tant frustrée.

Le transfert envers le thérapeute a été un élément fondamental à l'évolution thérapeutique. Il a été vécu par Marianne avec beaucoup de souffrance, mais il a été indispensable pour enfin rompre la relation névrotique avec le père.

Marianne, au bout de quelques années, a retrouvé une certaine sérénité. Elle a divorcé de son mari. Puis elle s'est remariée avec un homme qui la domine par sa force tranquille. Aujourd'hui elle est heureuse, elle vient de marier sa fille et sera bientôt grand mère.

LA CUIRASSE GENITALE

Bien entendu l'être humain a besoin d'une cuirasse, il ne peut pas vivre sans un système de défense, sinon il serait aussi fragile qu'un escargot sans sa coquille. Le sujet qui possède non pas une cuirasse névrosée, mais une cuirasse génitale, axe sa vie sur le principe de réalité.

Il n'est plus en conflit avec lui-même, il est dans une acceptation unitaire de son yin et de son yang. Il a cicatrisé les blessures émotionnelles de son enfance et de ce fait, il se trouve en réconciliation avec l'étayage de sa construction psychocorporelle. Il est dans l'ouverture de ses sentiments sans tomber dans le sentimentalisme. Il est capable d'amour sans en être dépendant et sans l'attente angoissée d'une réciprocité. Il est ouvert à l'amour inconditionnel sans y perdre sa personnalité.

La bioénergie irrigue son corps harmonieux, sans stases, ce qui lui confère un charisme et une aura qui influent sur son environnement. Son regard est clair et tourné dans l'ici et maintenant, il a développé ses sens pour percevoir la réalité du monde, contrairement à la cuirasse névrosée qui perçoit le monde a travers ses projections névrosées.

L'être humain qui a une cuirasse génitale aime le beau, non pas cette beauté artificielle, mais la beauté naturelle, celle qui a une âme. Il a le goût des belles choses, car il sait percevoir au delà des apparences. Il sait se construire un environnement qui soit un plaisir des yeux. Il aime

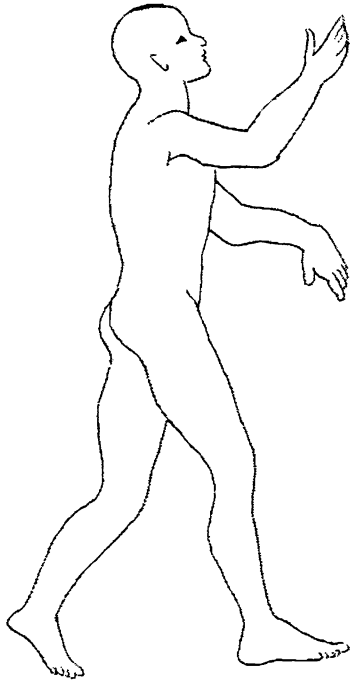
toutes les expressions artistiques et sait voir les beautés de la nature.

Ses relations humaines sont harmonieuses car il n'a pas le goût du pouvoir sur les autres, mais les autres le reconnaissent comme leader, son influence vise alors à les faire évoluer. Il se sent concerné par les événements du monde et il se sent appartenir à la planète terre.

W. Reich dans son livre « Les cuirasses caractérielles » souligne que pour la cuirasse génitale, « la pensée s'oriente en fonction de données et de processus objectifs, il sait distinguer entre l'essentiel, l'accessoire et le moins essentiel, il est toujours soucieux de détecter et d'éliminer les sources de troubles irrationnelles et émotives. Il est essentiellement fonctionnel et rejette la pensée mécanicienne ou mystique, il juge en fonction d'un processus mental ; la pensée rationnelle est accessible aux arguments réels, elle a besoin pour s'épanouir d'objections et d'arguments contraires. »

« Le caractère génital connaît une harmonie profonde entre motivation, objectif à atteindre et action : ceux-ci sont rationnels, c'est-à-dire sociaux. Motifs et buts, fondés tous sur des données biologiques, visent à l'amélioration des conditions de vie pour soi-même et pour les autres. »

Sur le plan sexuel le caractère génital a une considération particulière pour l'acte. Il ne baise pas, il fait l'amour. Il vit cet instant tant sur le plan affectif, mental que sexuel. Tout en prenant en compte son plaisir orgastique, il a le plaisir de la jouissance de l'autre. Il est dans le lâcher prise total de ses sensations psychoaffectives et corporelles, ce qui peut l'amener à l'extase au moment de l'orgasme.



Le caractère génital a soif de connaissances, il s'intéresse au fonctionnement de la vie, il est curieux de toutes les évolutions. Dans le travail il est motivé et créatif. Il a l'art de transformer les stress négatifs en stress positifs pour atteindre ses objectifs. Son ambition n'est pas le pouvoir sur les autres, mais la construction et la réalisation de ses objectifs en tenant compte de la valeur humaine.

J'ai essayé, dans ce livre, de démontrer l'être dans toute sa complexité, de démontrer aussi à quel point nous sommes tributaire de notre inconscient corporel et psychique, lesquels subissent les influences de notre passé biophysique le plus archaïque d'une part et d'autre part, de l'environnement émotionnel inhérent au phénomène

« biosocial », celui-ci dépendant des influences géographiques, écologiques et de ce fait socioculturelles des sociétés.

L'homme n'est pas fait pour vivre seul, c'est aussi un être sociétal. Il est de ce fait en interdépendance des influences qui le construisent, d'où sa responsabilité sur l'harmonie environnante.

Encore faut-il qu'il soit lucide sur lui-même, or la plupart du temps les névroses l'empêchent d'avoir cette lucidité et l'enferment dans un isolement de souffrances ou de compensations illusoires.

Le but d'une biothérapie vise à trouver cette lucidité et de se reconnecter avec son « moi » véritable. Se retrouvant dans des énergies vitales positives, l'être humain va par voie de conséquence modifier ses influences et ainsi modifier la composition du « biosocial. » Ce « biosocial » assaini sera plus approprié à la santé mentale et corporelle des individus.

Pour conclure on peut dire que l'aventure thérapeutique est la plus belle des aventures, car elle concerne nos profondeurs les plus intimes, qu'elle nous modifie positivement au regard de la vie et nous donne l'importance de par notre rayonnement, de modifier notre entourage.

L'écoute de mon être profond, l'ouverture aux autres et aux événements de mon environnement, me permettent d'être dans « l'ici et maintenant » c'est- à- dire dans le principe de réalité. Je peux de ce fait me positionner pour percevoir et saisir les événements circonstanciels de ma vie. Je deviens alors consciemment responsable des concours de circonstances, qu'il soient positifs ou négatifs, dans le déroulement de ma vie.

Avant ma thérapie je subissais les influences, telle une feuille morte au gré du vent. Je n'avais pas la lucidité de voir que je générais moi-même mon mal être. Fataliste je m'en remettais au destin. Depuis j'ai appris que le destin, c'est ce que je projette et mets en place pour l'expansion de ma vie.

Le destin n'est pas immanent, il est le résultat de nos facultés à percevoir les courants de la vie, de les saisir ou de rester sur place. C'est notre choix d'être ce que nous sommes.

Références

W. Reich, l'Analyse Caractérielle. Ed. Payot Paris 1971 462 pages
W. Reich, la Fonction de l'orgasme. L'Arche Editeur Paris 1970 300 pages
W. Reich, la Fonction de l'orgasme, page 126 et 131.
C. G Jung, Dialectique du Moi et de l'inconscient. Ed. Gallimard 1964
S. Freud, l'Analyse avec Fin et l'Analyse sans fin
W. Reich, La Fonction de L'orgasme L'Arche Editeur Paris 1978. 300 pages
W. Reich, op, cité p.126
Sophocle, Œdipe Roi, Œdipe à Colonne Ed. Gallimard Paris 1973
S. Freud Le rêve et son interprétation. Folio. Gallimard 120pages
S. Freud, Abrégé de Psychanalyse. Ed. P.U.F Paris 1949 p. 16
S. Freud, Psychanalyse et théorie de la libido
W. Reich, l'analyse Caractérielle. (collection science de l'homme) Ed Payot 1992 465 pages. P 122
H. Reeves, Patience dans l'Azur. Collection Point. Edition duSeuil. Paris 1988 324 pages p 157
H. Reeves, op, cité page 165
G. Groddeck, Le livre du « ça » Edition Gallimard 1972 326 pages
S. Freud La Métapsychologie Folio-Gallimard Paris 280 pages
W. Reich, l'Analyse caractérielle, page 311et suivantes

F. Navarro. Un autre regard sur la pathologie. Ed. EPI 1984
121 pages page 36 et 38 50, 51
G. Groddeck, le Livre du « ça » Ed. Gallimard 1972 326 pages

F. Navarro. La Somatopsychodynamique. Ed Equateur 1987
131 pages
A. Lowen, Lecture et langage du corps Ed St Yves Québec 1995 364 pages. Page 206.
W. Reich la Biopahie du Cancer, Edion Payot 1973 Paris 386 pages
W. Reich l'Analyse Caractérielle. Ed Payot Paris 1971
W. Reich. op. cité p
S. Freud, l'Homme au Rat. Ed P.U.F Paris 1988
S. Freud, Inhibition, Symptôme et Angoisse. P.U.F Paris 1990
S. Freud, l'Homme, Moïse et la religion monothéiste. Ed. Gallimard folio 1990
S. Freud, Lettre à Carl Jung
S. Freud L'Analyse du cas Schreber.
S. Freud. Pour Introduire le Narcissisme.
S. Freud le Clivage du Moi dans le processus de Défense.
A. Lowen, Lecture et Langage du corps. Edition St Yves Québec Page 339
A. Lowen. Lecture et langage du corps. Ed St Yves Québec

Table des Matières

Préface **11**

Chapitre 1 : Le phénomène biosocial **19**
Le corps-sensations 29
Le sens du corps 36
L'uniformisation de la pensee 56

Chapitre 2 : L'élaboration de la personnalité **59**
La rupture 61
La construction du moi, fondement de la personnalite 63
Le surmoi 69
La fonction de l'orgasme 74
L'influence parentale determine la personnalite 80
L'identite sexuelle etaye la personnalite 90
Le complexe de castration. 93
Le complexe d'Oedipe. 95
Le culte de l'individualiste. 106

Chapitre 3 : La PSYcore therapie **111**
L'art du psychotherapeute 111
Les resistances et le transfert 115
La source genetique du noyau energetique 121

Chapitre 4 : La Végétothérapie **133**
Le training group therapeutique 206
Les nevroses d'un point de vue freudien 214
La psychose 218

Chapitre 5 : L'analyse des cuirasses caractérielles .. 221
Construction de la cuirasse caracterielle..... 223
Methode d'analyse de la cuirasse caracterielle..... 225
Les cuirasses caracterielles le caractere schizoïde.... 231
Le caractere passif feminin..... 244
Le caractere masochiste..... 256
Le caractere sadique 271
Le caractere phallique-narcissique 280
Le caractere oral 291
Le caractere compulsif..... 304
Le caractere hysterique..... 311
Le caractere psychopathe..... 324
La cuirasse genitale..... 334

Achevé d'imprimer par
Dupli-Print
pour le compte des éditions
Publibook

Nouveautés

Octobre 2001

Abbé de Vertot	*Histoire des chevaliers hospitaliers de Saint Jean de Jérusalem*
Ache Elcé	*Porte de l'Ange (La)*
Anne-Marie Lys	*Il est toujours l'heure de Dieu*
Apperce (Alexandra)	*Île froide (L')*
Attas (Victor)	*Sous le Pont d'Avignon*
Aurouet (Matthieu)	*réveil du Vieux Continent (Le)*
Bainier (Marie-France)	*Quinze nouvelles moins une*
Becquart (Donatien)	*lumières du Kelong (Les)*
Bege	*Petit essai de thermodynamique littéraire*
Bellieres (François)	*Île oubliée (L')*
Belvisi (Armand)	*Attentat (L')*
Bernard Paicheur	*Décadence*
Bertaud (Guy)	*Poésie*
Bettelheim (Valérie)	*Strip-tease philosophique*
Blanc (Michèle)	*Destinée, les nombres et les noms dans le Tarot (La)*
Bokobza (Yael)	*Confessions d'une poissarde*
Bonhomme (Dr Jean)	*culte napoléonien (Le)*
Brinet (Claude)	*Psychomachie ou les ébats farauds du cochon amoureux et du juge malade qui rendait la justice*
Brune (René)	*déportation du travail (La)*

Brunelière (Raymond)	*Sauvetages en Méditerranée*
Cabanel (Jean)	*Juery*
Cadou (Francine)	*Beauté de l'âge (La)*
Callens (Eric)	*Alliance maudite du dernier Pharaon (L')*
Chapron (Jean-Michel)	*Nephrops Norvegicus L.*
Cieters (Charles)	*seconde enquête (La)*
Citti (Christiane)	*Ecran (L')*
Claude Palmeti	*Croisés de l'enfer (Les)*
Claude-Michel	*Mains liées (Les)*
Cohn-Rosenau (Walter)	*Miquette*
Cuvellier (Daniel)	*Poupées de Porcelaine*
de Bascher (Nicole)	*fille trop tranquille (Une)*
de Chantérac (Guillaume)	*Sans suite logique*
de Richemond (Paul)	*Preuves à l'épreuve*
Descoueyte (Marie)	*Transes Atlantiques*
Donon (Eric)	*R.A.C de Chichi (Le)*
Douis (Jean-Claude)	*Carnet de Bord'elles*
Drapeau (Alain)	*Année comme les autres (Une)*
Drapeau (Alain)	*Pierrot de Montreuil*
Emil Aïkou	*Amour à mort*
Esther Joffe Israel	*Poème*
Fulconis (Marc)	*Sadaë*
Garenne (Philippe)	*C'est la rentrée*
Gomez (Thierry)	*Pourquoi moi ?*
Gortchakoff Bigot (Katia)	*Prince évanoui (Le)*

Goyenetche-Bobrichef (Christine)	*Contes d'Ixto (Les)*
Graveleau (Daniel)	*Avec Magellan*
Grenouillat (Jean-Paul)	*Colère*
Guibert (Gérard)	*Mer Maudite (La)*
Hammès (Liliane)	*Figures de proue*
Hart de Keating (Stefan)	*Pages d'une vie*
Hassoun-Lambert (Paul)	*Sulfures au corps*
Helson (Juliette)	*Regards féminins sur un monde qui ne l'est pas : l'Entreprise.*
Henno (Henri)	*Sum*
Hocine	*Demain est un autre jour*
Ian Manoa	*Superbrahman*
J P Garen	*Sorcières du marais (Les)*
Jean Baron	*Homo Erectus*
Jean Delahaye	*chemin de nos yeux (Le)*
Jean Lozi	*apprenti (L')*
Jegaden (Georges)	*Mais pourquoi donc a-t-on brûlé Giordano Bruno?*
Joly (Guy-Jean)	*Millenary chronology of the hospitallers of St John - OSJ*
Josset (Jean-Marc)	*Voyages virtuels*
Jouary (Pascal)	*Au même endroit du rêve*
Juillet (Jacques)	*coup des étrennes (Le)*
Juillet (Jacques)	*Dérapage*
Juillet (Jacques)	*Jeu de Crash Crash*
Juillet (Jacques)	*Piège à péage*

Juillet (Jacques)	*Qui va payer l'addition*
Kaczmarek (Sylvie)	*T.T.P.M.*
Laine (Bruno)	*Hypothèse de l'homme (L')*
Lamaison (Nadine)	*Yeux de Pierre (Les)*
Lannes (Serge)	*Liberté de l'esprit et religions*
Le Cam (Dominique)	*Désirs Bleutés*
Le Guyadec (Yannick)	*Opération Madelone*
Leber (Philippe)	*52 donnes à la Une*
Lebleu (Olivier)	*Mike Brant : la voix du sacrifice*
Lemaire (Yvan)	*Ames qui parlent (Les)*
Letellier (Paul-Eric)	*Pierrot*
Manière (Nicolas)	*Bouquet sanglant (Le)*
Martha Sémanne	*homme, planète de l'amour (Mon)*
Marty (Marie-claude)	*Toujours et jamais Tome 1*
Marty (Marie-claude)	*Toujours et jamais Tome 2*
Maubois (Caroline)	*Sybille*
Maxime Cazals	*Nature de la Vie et de la Mort (La)*
Mazodier (Nic)	*Bouche à Oreille (De)*
Micaux (Henri)	*decameron de Pamphile (Le)*
Montoya (Anne-Sophie)	*mot sur la table (Le)*
Mouchot (Dominique)	*Autre versant (L')*
Mouligné (Claude)	*enfant du siècle (Un)*
Mouligné (Claude)	*Jeanne*
Mouloungui (Clotaire)	*Manuel de droit Tome 2*
Mourgues (Thibaut)	*Jeunesse du mercenaire*
N'Diaye (Tidiane)	*longue marche des peuples noirs (La)*

N'Diaye (Tidiane)	*Passions créoles*
Obled (Emile)	*Médecin et Citoyen*
Oger (Bernard)	*Venables, une paroisse normande sous l'Ancien Régime*
Ouaknine (Joseph)	*1001 Histoires drôles II*
Ouaknine (Joseph)	*Au-delà de la rivière*
Panthier (Calliope)	*To vivlio tis mamas*
Perez de Obanos (Consuelo)	*Dépression (La)*
Peyrillaud (Evelyne)	*l'autre côté du fleuve (De)*
Peyrillaud (Evelyne)	*rives du lac noir (Les)*
Peyrillaud (Evelyne)	*rouge vif des coquelicots (Le)*
Peyrillaud (Evelyne)	*terre des loups Tome 1 (La)*
Peyrillaud (Evelyne)	*terre des loups Tome 2 (La)*
Peyrillaud (Evelyne)	*terre des loups Tome 3 (La)*
Peyrillaud (Evelyne)	*vieux clown bariolé (Le)*
Phil Barnson	*Géhenne, itinéraire d'un demi-humain*
Pierre Zimmer	*vie est une langue étrangère (La)*
Pleigneur (Sylvain)	*Etreinte entre le loup et la lune*
Pradeau (Gérard)	*Creusois la droiture*
Rachel	*Poésie des cieux (La)*
Rolland (Christian)	*Slyber*
Roussel (Jean)	*Yigal d'Alexandrie*
Sabas (André)	*Basique, mon cher Watson*
Santos (Christophe)	*Qui êtes-vous Joncy ?*
Saurel (Virginie)	*9 Lunes*

Sébastien Iskelast	*Meute (La)*
Secco (Corinne)	*Apprentissages*
Serge Loxias	*Coutumes & Croyances*
Sergio Berrocal	*Ojo, prensa manipulada*
Sonja	*Vacances en Club*
Starosta (Jean-Claude)	*femme du moulin (La)*
Tanis	*Champagne !*
Tara de Fersenn	*Seigneur du Temps (Le)*
Tisserant (Sylvie)	*Rase-Motte, le nain de jardin*
Tissot (Gérard)	*Cahier (Le)*
Tran (Edmond)	*Après Naufrage*
Tran (Edmond)	*Deux Mille ans et quelques*
Trapp (Jean-Marie)	*Autre bout de la lorgnette (L')*
Trigaux (Richard)	*Dumria*
Vanstaen (Michel)	*A l'orée de mes doigts*
Veillon (François)	*Aphasie*
Venner (Yann)	*Calvacadences*
Venner (Yann)	*Camarde*
Venner (Yann)	*Voyaginaires*
Vernick (Claude)	*Belles et Putes*
Vincent Andre	*Quelques nouvelles du front*
Viquerat (Thierry)	*Pierre Brute*
Voiton (Christian)	*Cancan le petit colvert*
Voiton (Christian)	*Chasses à Madagascar & ailleurs*
Wieder (Roland)	*Télé-bijoux, télé-ripoux*

Bruno Edouard BONATO

PSYcore

La psychothérapie par le corps

Pourquoi privilégions nous la souffrance au détriment du plaisir et du bonheur?
Pourquoi les relations humaines sont elles entachées de stress et de souffrance?
Pourquoi est-il si difficile de trouver l'harmonie ?
C'est à partir de ce questionnement que Bruno Edouard Bonato, fort de son expérience de formateur et de psychothérapeute a essayé d'apporter un autre regard sur l'analyse des souffrances humaines.
Pour illustrer sa pensée, Bruno Edouard Bonato n'hésite pas à s'impliquer dans ce qu'il nomme "Oser être ce que je suis".
L'élaboration de concepts vitalistes lui permet de restituer l'être humain dans sa réalité essentielle : Corps-psyché.
Il propose à partir des travaux de W.Reich, S.Freud, J.Pierrakos, F. Navarro, C.Yung, C. Roggers, A.Lowen : Une autre vision de la psychothérapie et de la place de l'homme dans l'univers.
Ce traité de psychothérapie, par les analyses de cas et la description des pratiques, est un outil essentiel pour le psychothérapeute qui souhaite inclure la médiation corporelle dans sa pratique.

Bruno Edouard Bonato est né [redacted] dans la banlieue parisienne. Fils d'immigré italien il a combattu dès sa prime jeunesse pour un monde meilleur. Politique et syndicalisme ont été le fer de lance de ce combat, jusqu'au jour où il prend conscience que la véritable révolution n'est pas sociale mais individuelle, et que c'est au travers de la rupture de la transmission des névroses qu'elle peut se réaliser.

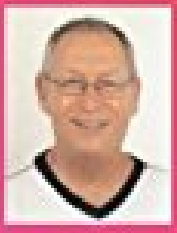
Après sep années de psychanalyse et quatre années de travail psychocorporel, il élabore le concept "PSYcore" que l'on peut trouver dans www.psycore.fr
Depuis 1985 Bruno Edouard Bonato anime des groupes thérapeutiques et forme des "Psychothérapeutes par le corps".

Bruno Edouard BONATO

PSYcore

La psychothérapie par le corps

Pourquoi privilégions nous la souffrance au détriment du plaisir et du bonheur?
Pourquoi les relations humaines sont elles entachées de stress et de souffrance?
Pourquoi est-il si difficile de trouver l'harmonie ?
C'est à partir de ce questionnement que Bruno Edouard Bonato, fort de son expérience de formateur et de psychothérapeute a essayé d'apporter un autre regard sur l'analyse des souffrances humaines.
Pour illustrer sa pensée, Bruno Edouard Bonato n'hésite pas à s'impliquer dans ce qu'il nomme "Oser être ce que je suis".
L'élaboration de concepts vitalistes lui permet de restituer l'être humain dans sa réalité essentielle : Corps-psyché.
Il propose à partir des travaux de W.Reich, S.Freud, J.Pierrakos, F. Navarro, C.Yung, C. Roggers, A.Lowen : Une autre vision de la psychothérapie et de la place de l'homme dans l'univers.
Ce traité de psychothérapie, par les analyses de cas et la description des pratiques, est un outil essentiel pour le psychothérapeute qui souhaite inclure la médiation corporelle dans sa pratique.



Bruno Edouard Bonato est né en 1935 dans la banlieue parisienne. Fils d'immigré italien il a combattu dès sa prime jeunesse pour un monde meilleur. Politique et syndicalisme ont été le fer de lance de ce combat, jusqu'au jour où il prend conscience que la véritable révolution n'est pas sociale mais individuelle, et que c'est au travers de la rupture de la transmission des névroses qu'elle peut se réaliser.
Après sept années de psychanalyse et quatre années de travail psychocorporel, il élabore le concept "PSYcore" que l'on peut trouver dans www.psycore.fr
Depuis 1985 Bruno Edouard Bonato anime des groupes thérapeutiques et forme des "Psychothérapeutes par le corps".

ISBN: 978-2-7607-0982-1

22,99 Euro